المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى – مكة المكرمة
كلية التربية – قسم علم النفس

القلـق وعلاقتـه ببعض المتـغيرات لدى كـل مـن المرأة العاملة في (التعليم) وغير العاملة: دراسة مقارنة على عينة من مدينة مكة المكرمة

إعداد الطالبة

حنان عبدالرحيم المالكي

إشراف

الأستاذ الدكتور/ زايد بن عجير الحارثي

متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس
(تخصص إرشاد نفسي)

الفصل الدراسي الثاني

١٤٢٢هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

ملخـــص الدراســـة

العنوان: القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى كل من المرأة العاملة في (التعليم) وغير العاملـة: دراسـة مقارنة على عينة من مدينة مكة المكرمة.

الأهداف: الهدف الرئيس للدراسة هو التعرف على الفرق في متوسط درجة القلق بـين المـرأة العاملـة وغير العاملة في مدينة مكة المكرمة تبعا لبعض المتغيرات لديهن: [متغير المرحلة الدراسية التي تعمل بها المعلمة، متغير العمر، متغير المؤهل الدراسي، متغير الحالة الاجتماعية].

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: "٣٠٠ " امرأة من مدينة مكة المكرمة. منهن"١٥٠" امرأة عاملة في مراحل التعليم الثلاث الابتدائية والمتوسطة والثانوية، و"١٥٠ " امرأة غير عاملة .

أدوات الدراسة: ١- استمارة جمع المعلومات من إعداد الباحثة ٢- مقياس الطائف للقلق النفـسي مـن إعداد (الدليم وآخرون،١٤١٣هـ) .

نتائج الدراسة: ١- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في متوسط درجة القلق لدى كل من المـرأة العاملـة وغير العاملة. ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق لدى العاملات بمهنة (التعلـيم) تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية وفي اتجاه المتوسط الأعلى لمعلمات المرحلة الابتدائية. ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لمتغير السن لدى العاملات وغير العاملات وفي اتجاه المتوسـط الأعلى للفئة الأصغر سناً من سن (٢٠-٢٧) سنة. ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجـة القلـق تبعاً لمتغير المؤهل الدراسي لدى العاملات وغير العاملات وفي اتجاه المتوسط الأعلى لفئة التعليم الأقل من جامعي. ٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة القلق تبعاً للحالة الاجتماعية لدى العاملات وغير العاملات.

توصيات الدراسة: ١- تشجيع دراسة مشكلات المرأة غير العاملة في المجتمع الـسعودي بحيـث يـتم التعرف على خصائص وحجم مشكلاتهن في إطار التغير الاقتصادي المستمر. ٢-البحث عن أسباب ارتفـاع القلق لدى الفئة العمرية من٢٠-٢٧ والتعرف على مشكلاتها. ٣- تشجيع المـرأة علـى إكمـال تعليمهـا وتيسير السبل لها لتحقيق ذلك. ٤- اتخاذ خطوات إجرائية لمنع تفاقم القلق لدى معلمات المرحلة الابتدائية.

اسم الطالبة	المشرف	عميد كلية التربية
حنان عبد الرحيم المالكي	ا.د. زايد بن عجير الحارثي	ا.د. محمود محمد كسناوي

إهداء

إلى أغلى من في الوجود .. أمي وأبي

وإلى كل من علمني حرفاً ..

ابنتكم/ حنان المالكي

شكر وتقدير

قال تعالى ﴿ لئن شكرتم لأزيدنكم﴾ (ابراهيم:٧)، فله الحمد والشكر والثناء أولا وأخرا والصلاة والسلام على سيد المرسلين الذي قال: " من آتى إليكم معروفاً فكافؤه فإن لم تجدوا فادعوا له حتى تعلموا أن قد كافأتموه " (أخرجه أبو داود في الأدب، وأخرجه احمد في مسند المكثرين من الصحابة).

وبعد:

يسرني في هذا المقام أن أتقدم بعظيم الشكر والتقدير والعرفان إلى أستاذي ومعلمي ومرشدي بحر العلم والعطاء وفخر جامعة أم القرى سعادة الأستاذ الدكتور زايد بن عجير الحارثي والذي قام مشكوراً بإكماله معي مسيرة البحث العلمي أخذاً بيدي ومنيراً لدربي بتوجيهاته السديدة وملاحظاته القيمة حتى وصل البحث إلى هذه المرحلة، فله مني جزيل الشكر والاعتزاز والامتنان على ما أحاطني به من سعة صدره وكريم أخلاقه، وجزاه الله عني كل خير.

كما يسرني أن أتقدم بخالص شكري وامتناني لسعادة الدكتورة الفاضلة وفاء محمد بنجر على ما قدمته لي من عون ومساعدة وتوجيه لأفكاري وذلك في المراحل الأولى من هذا البحث حيث كانت توجيهاتها الكريمة نبراسا لي وخير موجه ومعين فجزاها الله عني كل خير.

كما يسعدني ويشرفني أن أهدي أصدق عبارات الشكر والتقدير لسعادة رئيس قسم علم النفس الدكتور حسين عبد الفتاح الغامدي الأب الروحي لجميع طلاب وطالبات قسم علم النفس وفاء وعرفانا لجميع ما قدمه لي من معطيات علمية وإنسانية، فجزاها الله عني كل خير.

كما أتقدم بشكري وتقديري لسعادة الدكتور محمد جعفر جمل الليل وسعادة الدكتور هشام مخيمر مناقشي خطة البحث على ما قدماه لي من ملاحظات قيمة وتوجيهات سديدة.

كما أتقدم بخالص الشكر والامتنان لسعادة الدكتور أحمد السيد وسعادة الدكتور حسين الغامدي على استجابتهما الكريمة لمناقشة هذه الرسالة.

ولا يفوتني في هذا المقام أن أشكر سعادة الدكتور أنور حسين عبيدين استشاري الأمراض النفسية والعقلية بمستشفى الملك عبد العزيز ورئيس القسم سابقا على ما قدمه من عون ومساعدة وتوجيه لأفكاري منذ البداية وعندما كان موضوع البحث مجرد فكرة في ذهن الباحثة فله مني بالغ الشكر والامتنان وجزاه الله عني كل خير .

كما أشكر الرئاسة العامة لتعليم البنات ووحدة البحوث التربوية بمكة المكرمة على ما قاموا به من تسهيل لمهمة الباحثة عند تطبيقها لأدوات بحثها على العاملات بمهنة التعليم في مكة المكرمة.

كما لا أنسى أبداً أن أتقدم بعظيم الشكر والتقدير والامتنان عرفاناً مني بالجميل لوالدي ووالدتي الغاليان على ما قدماه لي من حب ورعاية واهتمام ودعم معنوي ومادي فلهما مني صادق الدعوات القلبية وجميل الثناء.

وختاما أشكر أخي الأستاذ الفاضل فيصل عبد الرحيم المالكي على جميع ما قدمه لي من الدعم والتشجيع اللامحدود، كما أهدي شكري وعرفاني إلى أخواتي وصديقاتي وكل من وقف بجانبي أو قدم لي خدمة أو هيأ لي السبل المناسبة للبحث واستحق الذكر ولم يرد اسمه.

فجزى الله الجميع عني خير الجزاء وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

قائمة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الملاحق

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الملاحق

الفصـل الأول

- مقدمة
- مشكلة الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- أدوات الدراسة

مدخل إلى الدراسة

المقدمة

أصبح القلق سمة من سمات هذا العصر، وبالرغم من المعانـاة القديمـة للإنسان من الجوع والحرمان والعبودية ومعاناته إزاء ذلك من القلق إلا أن إنسان هذا العصر وما يعانيه من تعقيدات الحضارة وسرعة التغير الاجتماعي ومشكلات التفكك الأسرى والصراعات المادية والثقافية وزيادة أعباء الحياة ولأنه بطبيعته إذا مسه الشر كان يئوساً، فإنه سرعان ما يتأثر نفسياً تحت وطأة هـذه الـصراعات والمتطلبات ويدخل في متاهات القلق التي قد تزداد حدتها حتى تخرج عن الحدود الطبيعية وتصبح حالة مرضية لابد لها من علاج.

وفي هذا الشأن يـذكر الـزراد (١٩٨٤م :٧٩) "أن نـسبة (١٨%) مـن المترددين على عيادات الطب النفسي يعانون من القلق النفسي وهذه النسبة تعتبر الأكبر بالنسبة إلى الأمراض النفسية والعقلية الأخرى".

وقد انتشر اضطراب القلق بشكل كبير بين الأفراد نتيجة للضغوط النفـسية والاجتماعية والثقافية التي حرمت الإنسان من توازنه الانفعالي وانعكـست سـلباً على حياته وعلى إنتاجيته ومن خلال أدائه لعمله. ولقد كانـت ضـغوط العمـل والصراعات المادية التي نعايشها الآن أحد مسببات الوقـوع فـي شـباك القلـق وبالأخص لدى المرأة العاملة التي يقع عليها عبء تحمل العديد من المـسؤوليات والأدوار في وقت واحد ونتيجة لبنائها العضوي والنفسي فهي أنثى لهـا طبيعتهـا الجسمية والنفسية والتي تجعل منها أكثر عرضه للإصابة بالقلق من الرجال كمـا يشير إلى ذلك (المصدر السابق:٧٩) كما أن لها دورها الاجتمـاعي كزوجـة وأم ودورها الإنتاجي كعاملة وفي هذا تقول كيال(١٩٨٦م:٨٧) "المرأة العاملة بكونهـا تعمل، وتساعد زوجها وأسرتها، فهي معرضة لإصابتها بالعصاب إلى جانب مـا

تشعر به من أعراض جسدية ونفسية، أكثر من المرأة الأم ربة المنزل المتعلمة وغير الموظفة، والسبب إنها تخرج إلى العمل وتحتك بالزملاء والمدراء إلى جانب الأعمال الواقعة على أعبائها، الأسرة والأطفال إلى جانب زوجها، وكل هذا يأخذ من وقتها وجهدها وقواها النفسية". وتشير إحدى الدراسات الأمريكية (مذكورة في القاضي،١٩٨٤م: ١١١) إلى أن دخول المرأة إلى ميدان العمل كان له تأثير كبير على توازنها النفسي ومعاناتها من التوتر والقلق الناتج عن المسؤوليات الكبيرة الملقاة على عاتقها والموزعة ما بين المنزل والزوج والأولاد والعمل. ولقد نال موضوع القلق لدى المرأة العاملة اهتمام العديد من الباحثين أمثال (Yeh,1990؛ Stewart,1986) وغيرهم. وقد قامت الباحثة بدراسة الفروق بين المرأة العاملة وغير العاملة في متوسط درجة القلق تبعا لبعض المتغيرات التالية[المرحلة الدراسية التي تعمل بها المعلمة – العمر- المؤهل الدراسي – الحالة الاجتماعية] هذا وقد ساهمت نتائج الدراسة الحالية في إلقاء مزيد من الضوء على موضوع القلق لدى المرأة العاملة مقارنة بغير العاملة.

مشكلة الدراسة

بينت إحدى منشورات منظمة الصحة العالمية World Health Organization (1996) والتي كانت بعنوان (الصحة النفسية للمرأة) إن أعراض القلق أكثر انتشاراً لدى النساء من الرجال وقد أوضحت إحدى الدراسات التي أجريت على ٩٠٠٠ شخص في المجتمع أن نسبة ٣٣% من النساء لديهن مرض نفسي (قلق واكتئاب)، كما بين المنشور أن النساء العاملات واللاتي يواجهن ضغوط العمل وأعباء الأسرة يواجهن صعوبة بالغة في التأقلم مع هذه الظروف. (Press Release WHO/68, 1996)

ولقد أجريت العديد من الدراسات الغربية والتي أوضحت علاقة عمل المرأة

ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب منها على سبيل المثـال دراسـة (مذكورة في شند،٢٠٠٠م) ومـع إن Reed,1979؛ Light,1984؛ Walker,1980 لمجتمعنا العربي خصائص تميزه عن المجتمعات الأخرى وبـالرغم مـن ذلـك وبالرغم من انخراط المرأة العربية بأعداد متزايدة في العمل بشكل يـومي إلا أن قلة من الدراسات العربية اهتمت بهذا الجانب مثل دراسة (شند ،٢٠٠٠م) ومما يزيد المشكلة حدة أنه على صعيد المجتمع المحلي لم تجد الباحثـة غيـر دراسـة واحدة تحدثت عن هذا الموضوع وهي دراسة الصبحي (١٤٢٠هـ) حيث تحدثت عن القلق وعلاقته بالرضا الوظيفي واقتـصرت علـى فئـة معلمـات المرحلـة المتوسطة فقط وعلى هذا فإن الدراسة الحالية أتت متابعة لجهود السابقين في هـذا المجال، وتركز هذه الدراسة على العاملات (بمهنة التعليم) وذلك لأن التعليم أحـد مجالات العمل الواسعة والتي تحظى بالتقدير والاحترام كما أنها مهنة ذات مـورد مادي جيد ولها الكثير من المميزات كتوفير المستوى المعيشي اللائق والإجـازات الموحدة مع الصيف والعلاوات الثابتة إضافة إلى البعد المعنوي لهذه المهنة حيـث يكفي المنتسبين إليها شرفا انتسابهم إلى مهنة الرسول صلى الله عليه وسلم حيـث كان المعلم الأول لهذه الأمة قال صلى الله عليه وسلم:" إنما بعثت معلمـا " (ابـن ماجة، د.ت:٨٣) إلا أنها كما يشير الوابلـي (١٤١٥هـ) مهنـة شـاقة كثيـرة المتطلبات والأعباء ولذلك قد يتعرض الملتحقون بها إلى كثير من الضغوط التـي ينشأ عنها الشعور بالقلق وعدم التوافق بصورة عامة (الوابلي،١٤١٥هـ) كمـا اقتصرت الباحثة على معلمات المراحل التالية:

١- **معلمات المرحلة الابتدائية:** حيث تعتبر هذه المرحلة مـن أهـم المراحـل التعليمية على الإطلاق فهي اللبنة الأولى في بناء التعليم كما أن المعلمة فـي هذه المرحلة تكون ذات مسؤولية كبرى عن بذر البذور الأولى للتعلـيم فـي عقول الناشئة ، ويبلغ عدد المعلمات في هذه المرحلة بمدينة مكـة المكرمـة

٣١٥٧ (شعبة الإحصاء،١٤٢٢هـ) .

٢- **معلمات المرحلة المتوسطة:** تعد المرحلة المتوسطة مرحلة ثقافية عامة، غايتها تربية الفتاة تربية إسلامية شاملة لعقيدتها وعقلها وجسمها وخلقها، مع مراعاة نموها وخصائص الطور الذي تمر به. وتواجه الطالبات في هذه المرحلة نوعاً من الانتقال بين مرحلة الطفولة وبدايات المراهقة حيث تبدأ لدى بعضهن في هذه المرحلة بوادر التمرد والعصيان مما يجعل تعامل معلمات هذه المرحلة مع طالباتهن أكثر صعوبة حيث تحتاج إلى الكثير من المرونة والمهارة ورحابة الصدر. وتعمل في هذه المرحلة بمدينة مكة المكرمة ١٦٣٩ معلمة (شعبة الإحصاء،١٤٢٢هـ) .

٣- **معلمات المرحلة الثانوية:** لهذه المرحلة طبيعتها الخاصة، من حيث سن الطالبات وخصائص نموهن فيها، ولذلك تحتاج ألواناً من التوجيه والإعداد المناسب لهذه السن وتضم فرعين رئيسين (الفرع العلمي والفرع الأدبي) ومدة الدراسة فيها ثلاث سنوات. وتواجه المعلمة في هذه المرحلة بضغوط كثيرة ومتطلبات متزايدة من حيث ازدياد نصاب المعلمة من الحصص الدراسية وطول الدوام وأنواع النشاط الأخرى التي تكلف بها المعلمة في هذه المرحلة. وتعمل بهذه المرحلة بمدينة مكة المكرمة ١٣٥٣ معلمة (شعبة الإحصاء، ١٤٢٢هـ).

و تأتي الدراسة الحالية لكي تطرح تساؤل عام يتمثل في التالي :-

ما الفروق المحتملة في متوسط درجة القلق بين المرأة العاملة (بمهنة التعليم) وغير العاملة وما أثر بعض المتغيرات الديموغرافية، الأكاديمية، الاجتماعية على ذلك ؟

ويتفرع من هذا التساؤل عدد من الأسئلة :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق بين المرأة العاملة (بمهنة التعليم) وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق لدى المرأة العاملة (بمهنة التعليم) بمدينة مكة المكرمة تبعاً للمرحلة الدراسية ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لسن المـرأة العاملة (بمهنة التعليم) وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلـق تبعـاً للمؤهـل الدراسي لدى المرأة العاملة (بمهنة التعليم) وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجـة القلـق تبعـاً للحالـة الاجتماعية (متزوجة –غير متزوجة) لدى المرأة العاملة (بمهنة التعليم) وغيـر العاملة بمدينة مكة المكرمة ؟

مصطلحات الدراسة

القلق النفسي : متغير أساسي من متغيرات الشخصية السوية والمرضـية وهـو يشتمل على أكثر من جانب من الجوانب الانفعالية كالشعور بالتهديد والهم والضيق وعدم الراحة والإحساس بخوف غامض من المستقبل وتوقع الخطر وعـدم الثقـة بالنفس وتوقع الهزيمة والعجز، كما يشتمل على الجوانب الفسيولوجية كاضطراب الهضم و آلام الصدر وضيق التنفس والصداع وخفقان القلب وشعور بفراغ في فم المعدة.(الدليم وآخرون،١٤١٣هـ :٩-١٠)

ونظرا لأن الباحثة سوف تستخدم مقياس الطائف للقلق النفـسي كـأداة لهـذه

الدراسة فإنها سوف تعرف القلق إجرائيا كالتالي:

القلق: هي مجموع ما تحصل عليه المرأة من درجات القلق لديها بناء على مقياس الطائف للقلق.

المرأة العاملة: هي المرأة التي تعمل خارج المنزل (بمهنة التعليم) وتحصل علـى أجر مادي مقابل عملها .

المرأة غير العاملة: هي المرأة التي لا تعمل خارج المنزل .

المرحلة الدراسية: هي المرحلة الدراسية التي تعمل بها المعلمة وتنقسم إلى ثلاث مراحل وهي المرحلة الابتدائية والمرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية.

السن: ينقسم السن في دراستنا الحالية إلى ثلاث فئات الأولى من سـن (٢٠ إلـى ٢٧) سنة والفئة الثانية من سن (٢٨إلى٣٤) سنة والفئة الثالثة من سـن (٣٥ فمـا فوق)

المؤهل الدراسي: هو المستوى الذي وصل إليه الفرد في تعليمه كما يستدل عليـه من المؤهل الحاصل عليه ويشمل المستوى التعليمي في هذه الدراسة على ثـلاث مجموعات وهي المؤهل المتوسط والأقل من جامعي والجامعي .

فالمؤهل المتوسط: نعني به المرحلة المتوسطة.

والمؤهل الأقل من الجامعي: نقصد به الثانوية وما في مستواها من المؤهلات أقل من المؤهل الجامعي .

المؤهل الجامعي: يعني به الحصول على مؤهل مدته أربع سنوات على الأقل بعد المرحلة الثانوية .

الحالة الاجتماعية: وتنقسم إلى قسمين (متزوجات و غير متزوجات)

أهداف الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الفروق بين المرأة العاملة وغير العاملة في متوسط درجة القلق تبعاً لبعض المتغيرات التالية: (المرحلة الدراسية التي تعمل بها المعلمة -السن – المؤهل الدراسي – الحالة الاجتماعية) .

أهمية الدراسة

وتأتي أهمية هذه الدراسة من تحقيقها لأهدافها ولما تقدمه نتائج هذه الدراسة من إضافة نظرية قد تساعد في إثراء المكتبة العربية السعودية وبالأخص إذا علمنا النقص الحاصل في مكتبتنا السعودية لأبحاث تتصل بهذا الموضوع كما يشير إلى ذلك بعض الباحثين ومنهم (خليفة ،١٩٩٧م) وعند علمنا أيضاً بخصوصية المجتمع السعودي. كما إنها قد تزود العاملين في مجال الصحة النفسية والمهتمين بموضوع عمل المرأة بمعلومات عن وضع المرأة العاملة ومدى احتمال إصابتها بالقلق. هذا مما يقودنا إلى ما لهذه الدراسة من أهمية تطبيقية حيث تمكن المسؤولين والقائمين على أمور التخطيط في بلادنا من التخطيط السليم لبرامج التنمية المتعلقة بالمرأة، مع مراعاة تكوينها النفسي والعضوي. الأمر الذي يؤدي إلى رفع مستوى كفاءتهن في تأدية أعمالهن وبالتالي ارتفاع إنتاجها وتمكينها من المساهمة في دفع عجلة التقدم والتنمية في بلادها.

حدود الدراسة

الحدود المكانية : تحددت الدراسة بمدينة مكة المكرمة.

الحدود الزمانية : الفصل الدراسي الأول في العام الدراسي (١٤٢٢هـ).

الحدود الموضوعية : القلق لدى المرأة العاملة وغير العاملة.

أدوات الدراسة

١- استمارة لجمع المعومات (من إعداد الباحثة)

٢- مقياس الطائف للقلق النفسي (من إعداد الدليم،١٤١٣هـ)

الفصل الثاني

أولاً : الإطار النظري

ا) القلق .

ب) القلق لدى المرأة العاملة .

ثانياً : الدراسات السابقة

- فروض الدراسة .

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

أ) القلق

يعد القلق عصب الحياة النفسية وسمة مميزة لهذا العصر، حيث يمثل واحداً من أهم الاضطرابات المؤثرة على الناس في كافة أنحاء المعمورة حتى أطلق بعض علماء النفس على العصر الذي نعيشه اسم عصر القلق، ولقد بينت الإحصاءات أن واحداً من كل أربعة أشخاص يتعرض يوماً ما على مدار حياته لواحدة أو أكثر من اضطرابات القلق. كما يعد القلق من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً حيث يوجد ما بين ١٠-١٥% من مجموع المرضى الخارجين (غير المنومين والمراجعين للعيادات الخارجية)، ولدى ١٠% من المرضى داخل المستشفيات، وتوضح الدراسات أن ٢٥% من الأصحاء قد صادفوا القلق في وقت ما من أوقات حياتهم، وتتراوح نسبته في المجتمع العام ٣-٥%. (عبدالرحمن، ٢٠٠٠م: ٢٢٩-٢٦٠)

ولقد نال مفهوم القلق قدراً كبيراً من اهتمام الفلاسفة وعلماء النفس والطب النفسي، وكان لفرويد فضل السبق في دراسته نفسياً إلا أن بداية الكتابات المتخصصة عن القلق كانت على يد الفيلسوف الدانماركي "سورن كيركيجارد" Soren kierkegaard وذلك في مقالة نشرها عام ١٨٤٤م بعنوان مفهوم الفزع (Thy Concept of Dread) ميز فيها بين الخوف والفزع بمعنى القلق وجعل

الخوف (Fear) من شيء ما موضوعي، والفزع بمعنى القلق(Dread) من شـيء غير موضوعي.

كما نشطت حركة التأليف حول موضوع القلق بعد نشر كتاب معنى "القلـق" للوجودي رولومي Rollo May عام ١٩٥٠ م. حيث اتخذه الكثيـر مـن علمـاء النفس موضوعاً لدراستهم بعد ذلك مع اختلاف اتجاهاتهم حول مفهومه. (عـدس وتوق،١٩٨٦م: ٣٦٧؛ الشويعر،١٩٨٤م: ١٧؛ انجلر، ١٤١١هـ: ٤١٧)

وفيما يلي تتناول الباحثة في هذا الجزء من دراستها موضوع القلق والمفاهيم المتعلقة به كما تتناول أنواعه و النظريات المفـسرة لحدوثـه و تتنـاول أيـضاً أعراضه ومصيره والطرق المختلفة لعلاجه.

تعاريف القلق:

لم تجد الباحثة على مستوى التعاريف اللغوية كلمة القلق ولا مصدرها الثلاثي في القران الكريم ولا في حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم أما معاجم اللغـة فقد اتفقت جميعها على إن القلق يعني الانزعاج والحركة المضطربة (ابن منظور د.ت؛ الجوهري د.ت؛ الفيروز ابادي د.ت) .

أما على مستوى التعاريف القاموسية فيعرف قاموس وبستر Webster القلـق بأنه: "إحساس غير عادي وقاهر من الخوف والخشية، وهو دائما يوصف بعلامات فسيولوجية مثل التعرق والتوتر وازدياد نبضات القلب. وذلك بسبب الشك بـشأن حقيقة طبيعية التهديد وبسبب شك الإنسان بنفسه حول قدرته علـى التعامـل مـع التهديد بنجاح "(الخاف،١٤١٥هـ: ٤١)

كما تزخر مؤلفات علم النفس بتعاريف شتى لمفهوم القلق حيث لا يوجد تعريف واحد ونهائي للقلق، فقد عرف العلماء القلق وفقا لتوجهاتهم النظرية فعلى سبيل المثال عرف فرويد القلق تعريفا تحليليا حيث يذكر:

> أنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان ويسبب له كثيراً من الكدر والضيق. والشخص يتوقع الشر دائماً، ويبدو دائماً متشائماً وهو يتشكك في كل أمر يحيط به ويخشى أن يصيبه من ضرر فالقلق يتربص الفرص لكي يتعلق بأية فكرة أو أي أمر من أمور الحياة اليومية ويبدو الشخص القلق متوتر الأعصاب مضطرب فاقد الثقة بنفسه متردداً عاجزاً عن البت في الأمور وهو يفقد القدرة على تركيز الذهن ولذلك يصعب عليه أحياناً أن يفهم ما يدور حوله فهماً واضحاً.(فرويد،١٩٨٣م:١٣)

كما يعرفه أرون بك تعريفاً معرفياً بأنه "انفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعتبر تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقرير لخطر محتمل".(باترسون،١٩٩٠م: ٣٤)

ومرة أخرى يتم تعريف القلق باعتباره دافع من ناحية وهدف من ناحية أخرى حيث هو محاولة للتكيف مع صراعات هذه الدوافع، وذلك كما في تعريف هارولد وبينسكي (باترسون،١٩٩٠م: ٣٦٧) للقلق بأنه "دافع غير ملائم أوحاله من التوتر تنتج من تصارع أو تنافس رغبتين أو أكثر حول استجابة معينة، وتمنع هذه الحالة من التوتر تخفيف حدة دافع هام ملائم".

كما عرفه شافر ودوركس (فهمي،١٩٦٧م: ٢٠٤) تعريفا سلوكيا حيث هو "استجابة مكتسبة تحدث تحت ظروف أو مواقف معينة ثم تعمم الاستجابة بعد ذلك".

كما يعرف الهيتي (الخاف،١٤١٥هـ: ٤٣) القلق بأنه "حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد للتكيف"

ومن الواضح أن أياً من هذه التعريفات لا تعكس سوى وجهة نظر أصـحابها كما أنها تركز على تفسير عملية القلق ويرجع تعدد تعاريف القلـق إلـى تعـدد الخلفيات النظرية لهؤلاء المنظرين. وسوف تتحدث الباحثة عن هـذه النظريـات بشكل أكثر تفصيلا عند عرضها للنظريات المختلفة والتي فسرت القلق .

وهناك أيضا من عرف القلق عن طريق تحديد مظاهره وليس عـن طريـق الحديث عن أسبابه، وذلك كما في تعريف (الـزراد،١٩٨٤م: ٧٦) للقلـق بأنـه " شعور غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر، مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية ويأتي في نوبات تتكرر لـدى نفـس الفـرد. ومـن هـذه الاحساسات الجسمية الشعور بفراغ في فم المعدة، أو الـضيق فـي التـنفس، أو الشعور بضربات القلب، والصداع، والشعور بالدوار والإعياء، وكثـرة الحركـة أحياناً ".

وتعريف (دافيدوف، ١٩٨٣م : ٤٩٥) للقلق بأنه " انفعال يتميـز بالـشعور بخطر مسبق وتوتر وحزن مصحوب بتيقظ الجهاز العصبي السمبتاوي ".

وقد حاولت الباحثة أن تجمع خلاصة التعاريف السابقة في تعريفها التالي وهو كما يلي: (القلق هو حالة نفسية غير سارة ومكدرة وتصاحبها تغيـرات انفعاليـة وفسيولوجية تجعل الإنسان المصاب بالقلق متشائماً مضطرباً متوتر الأعصاب).

أنواع القلق :

هناك عدة أنواع للقلق النفسـي ذكرهـا بعض الكتاب فلقد أشـارت انجلار (١٤١١هـ) إلى أن فرويد ميز بين ثلاثة أنواع من القلق وهي كالتالي:

١- **القلق الواقعي:** ويعزوه إلى وجود خطر حقيقي في العالم الخارجي

٢- **القلق العصابي:** ينسبه إلى خوف الفرد من عدم القدرة على السيطرة على دوافعه الداخلية .

٣- **القلق الأخلاقي:** ويتمثل في الخوف من عقوبات الضمير. (انجار،١٤١١هـ :٦٣)

كما قسم كولمز (١٩٩٢م) أنواع القلق إلى نوعين:

فالنوع الأول: هو القلق الظاهر في مقابل القلق الكامن وكان يقصد بالقلق الظاهرManifest الذي يمكن للآخرين إدراكه. أما القلق الخفي الكامن Latent وهو مفهوم مشتق من نظرية التحليل النفسي. وقد فسر تفسيراً حرفياً ليعني ((القلق غير الفعال أو غير القائم بالفعل)) ولكنه إذا قوبل بالقلق الظاهر فإنه يحمل دلالات القلق، أي أنه عملي وقائم بالفعل ولكنه غير مشاهد أو مرئي. وهناك فارق مهم بين الاستجابة وكون الشخص من النوع المرجح أن يستجيب، وأن تصور هذا النوع الأخير كشخص ذي استجابة كامنة يخفي هذا الفارق ويطمسه.

النوع الثاني: القلق الواعي في مقابل القلق غير الواعي وكان يقصد بالقلق الواعي شواهد الاستجابة التي يمكن تقريرها وروايتها لفظياً، على حين يشير القلق غير الواعي إلى الاستجابات الفيزيولوجية أو السلوكية المميزة له في غياب التقرير الذاتي فبينما يؤكد الفرد عدم شعوره بالقلق إلا أنه يبدو أو يتصرف كما لوكان قلقاً. ولذلك يستنتج من يلاحظه وجود القلق الذي يشار إليه حينئذ على أنه "قلق غير واعي" نتيجة لافتقار المريض إلى الوعي به (كولمز،١٩٩٢م :٢١٤-٢١٥).

كما يشير سبيلبيرج (عبدالخالق ،١٩٩٩م) إلى نوعين من القلق هما:

١- القلق كحالة – وسمة:

وتعرف حالة القلق Anxiety State بأنها:

"استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوتر والخشية والعصبية والانزعاج، وتحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص أن منبهاً معيناً أو موقفاً ما قد يؤدي إلى إيذائه أو تهديده أو إحاطته بخطر من الأخطار" وتختلف حالة القلق من حيث شدتها، كما تتغير عبر الزمن تبعاً لتكرار المواقف العصبية التي يصادفه الفرد. وعلى الرغم من أن حالات القلق مؤقتة وسريعة الزوال غالباً فإنها يمكن أن تتكرر بحيث تعاود الفرد كلما أثيرت بمنبهات ملائمة وقد تبقى كذلك زمناً إضافياً إذا استمرت الظروف المثيرة لها.

٢- القلق كسمة Anxiety Trait فهي:

"استعداد ثابت نسبياً لدى الفرد وعلى الرغم من أن هذا الاستعداد يتصف بقدر أكبر من الاستقرار بالمقارنة إلى حالة القلق فإن هناك فروقاً بين الأفراد في تهيئتهم لإدراك العالم بطريقة معينة باعتباره مصدراً للتهديد والخطر، وفي ميلهم إلى الاستجابة للأشياء بأسلوب خاص يمكن التنبؤ به" (عبد الخالق،١٩٩٩م: ٣٤٧-٣٤٨)

النظريات المفسرة للقلق:

تعددت النظريات المفسرة للقلق وذلك بتعدد المدارس النفسية والتي كانت تجمع تحت لوائها مجموعة من العلماء البارزين في علم النفس. وسنحاول فيما يلي

تعداد بعض النظريات التي حاولت تفسير القلق وذلك بذكر آراء بعض علمائها البارزين .

١-نظرية التحليل النفسي:

يعد "سيجموند فرويد" أول من أهتم بموضوع القلق وأعتبره عنصراً مهماً في الحياة النفسية حيث كان يشاهده بوضوح في معظم حالات الأمراض العصابية التي كان يعالجها وفي محاولة منه لمعرفة أصل القلق وتفسيره، مر تصوره للقلق بمرحلتين:

ففي المرحلة الأولى: ذهب فرويد إلى أن تجربة القلق لدى الإنسان ترتبط بشعوره بخطر الغريزة الجنسية ومحاولة كبتها، فإذا ألحت عليه ثانية فانه يشعر بالعجز النفسي أمام هذا الخطر الغريزي، والعجز البدني الناتج عن خطر العقاب الخارجي، وقد اعتبر فرويد خبرة الميلاد هي باكورة الشعور بالقلق الأصلي (الأول) Primary Anxiety.

وفي المرحلة الثانية: تحدث فرويد عن ما أسماه بقلق الخصاء Castration Anxiety ويحدث عن إدراك الطفل لرغباته الجنسية المحرمة، وميوله العدوانية نحو الأب، ومن ثم يخش العقاب على هذه الرغبات المحرمة.

وقد ميز فرويد بين نوعين من القلق هما:

١- **القلق الموضوعي:** يكون مصدره خارجياً حيث يعرفه فرويد بأنه " رد فعل لخطر خارجي معروف " ولقد أطلق فرويد على القلق الموضوعي هذه

المسميات : أ - القلق الواقعي ب - القلق الحقيقي ج –القلق السوي

وهذا النوع من القلق أقرب إلى الخوف، لأن مصدره يكون واضح المعالم لدى الفرد، ويوضح فرويد في نظريته أن القلق والخوف ما هما إلا ردود أفعال في موقف معين. فالخوف استجابة لخطر خارجي معروف والقلق هو استجابة لخطر داخلي معروف، فالقلق هو من توقع صدمة، ومن جهة أخرى تكرار للصدمة في صورة مخففة، فعلاقة القلق بالتوقع ترجع إلى حالة الخطر، بينما تحديد القلق وعدم وجود موضوع له يرجعان إلى حالة الصدمة التي يسببها العجز وهي الحالة التي يتوقع حدوثها في حالة الخطر.

٢- **القلق العصابي:** يمكن تعريف القلق العصابي على أنه خوف غامض غير مفهوم، لا يستطيع الشخص أن يشعر به أو يعرف سببه، فهو رد فعل لخطر غريزي داخلي. أي أن مصدر القلق العصابي يكمن داخل الفرد في الجانب الذي يطلق عليه "الهو ID" حيث يخاف الفرد أن تسيطر عليه نزعة غريزية لا يستطيع ضبطها أو التحكم فيها، قد تدفعه إلى القيام بعمل أو التفكير في أمر قد يعود عليه بالأذى. ويميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق العصابي هي:

أ- **القلق الهائم الطليق:** وهو قلق يتعلق بأي فكرة مناسبة أو أي شيء خارجي، والأشخاص المصابون بهذا النوع من القلق يتوقعون الأسوأ دائماً.

ب- **قلق المخاوف المرضية:** هو عبارة عن مخاوف تبدو غير معقولة، ولا يستطيع المريض أن يفسر معناها، وهذا النوع من القلق يتعلق بشيء خارجي معين، فهو ليس خوفاً معقولاً مبرراً، وهو ليس خوفاً شائعاً بين جميع الناس.

ج- **قلق الهستيريا:** وهذا النوع يبدو واضحاً أحياناً وغير واضح أحياناً أخرى،

ويرى أن أعراض الهستريا مثل الرعشة والإغماء، وصعوبة التنفس، إنما تحل محل القلق، وبذلك يزول الـشعور بـالقلق أو يـصبح القلـق غيـر واضح.(عدس وتوق،١٩٨٦م: ٣٦٧؛ فرويد،١٩٦٢م: ٥؛ شـند، ٢٠٠٠م: ٥٦؛عثمان،٢٠٠١م: ٢٠-٢١).

ويرى فرويد أنه من أجل أن يتكيف الشخص أو يتغلب على القلق يقوم الأنا بتطوير ميكانيزمات الدفاع وهي عبارة عن إجراءات تحجز القلق وتقي إدراكنـا الشعوري منها (انجلر،١٤١١هـ :٦٤).

ولقد كانت لدراسة فرويد للقلق أهمية تاريخية كبيرة إذ إنها أثـارت اهتمـام كثير من العلماء، إلا أن البعض من هؤلاء العلماء لم يستطيعوا تقبل أفكار فرويـد فيما يتعلق بوجود مشاعر جنسية لاشعورية لدى الرضع والأطفال إزاء والـديهم، وهو ما قد يقودهم إلى الوقوع فريسة للمرض النفسي إذا تركت هذه المشاعر ولم تحل أو تتحول، ولذلك فقد طور كل منهما نظرية بديلة تـشرح تطـور المـرض النفسي، وسنحاول فيما يلي أن نستعرض في أيجاز أهم هذه الآراء التي قال بهـا المحللون النفسانيين الآخرون وهي كالتالي:

- **رانك (Rank):** تناول رانك Rank القلق باعتباره نتاجاً عن رغبة الفرد فـي التميز أو التفرد وخوفه من الانفصال عمن ارتبط بهم، واعتبر خبـرة الانفـصال بالميلاد صدمة تسبب للطفل قلقا أولياً يشبه القلق الأصلي عند فرويد، وبهذا نـرى أن رانك فسر جميع حالات القلق على أساس قلق الميلاد حيث يكون الانفصال عن الأم هو الصدمة التي تثير القلق الأولي ويصبح كل انفصال فيما بعد من أي نـوع كان مسبباً لظهور القلق، فالقلق في رأي رانك هو الخوف الـذي تتـضمنه هـذه الانفصالات المختلفة. (فرويد،١٩٨٣م: ٣٥؛ شند،٢٠٠٠م: ٥٧)

- **آدلر (Adler):** ارجع آدلر حالات القلق النفسي إلى الشعور بالنقص حيث يرى أن الشعور بالنقص هو الدافع الأساسي للعصاب ويربط بين هذا الشعور وبين حالات القلق التي تنتاب الإنسان طوال حياته ويرجعها إلى شعور الطفل بالعجز واستمرار إحساسه به. وقد توسع آدلر في مفهوم العجز ليشمل أي مشاعر بالنقص تنشأ عن أنواع العجز التي قد يعانيها المرء ذاتياً: سيكولوجية كانت أم اجتماعية كما تشمل الضعف الجسمي وقد تنشأ هذه المشاعر عن الإحساس بعدم الاكتمال أو لفشل في أي مجال من مجالات الحياة، إلا أن هذا الشعور هو القوة الدافعة لدى الإنسان حيث تدفعه هذه القوة إلى التغلب على نقصه وتجذبه إلى التفوق كما تعتبر هذه القوة وراء أساليب التعويض السوية فيحاول الفرد الذي يشعر بالنقص أن يعوض ذلك عن طريق تقوية روابطه بالآخرين (المشاركة الاجتماعية) أو بأساليب غير سوية عن طريق المحاولة أو السيطرة على الآخرين والاستعلاء عليهم (النزعة إلى السيطرة)، ويرى آدلر أن أساليب التربية الخاطئة كفيلة بأن تبعث في الطفل شعوراً رهيباً بالقصور.(انجلر،١٤١١هـ: ١٠٩؛ فهمي،١٩٦٧م: ٣٠١)

- **يونج (Yung):** تناول يونج مفهوم اللاشعور الجمعي ومحتوياته غير المعقولة والتي لازالت باقية من حياة الإنسان البدائية و أرجع حالات القلق إلى ذلك اللاشعور الجمعي فأشار إلى أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي وخوفه من سيطرتها على حياته خاصة إذا كانت غير معقولة أو غير مقبولة.(انجلر،١٤١١هـ :٨٣-٨٤)

ولقد ساهم مرور العالم بفترة تاريخية حرجة في صياغة بعض نظريات التحليل النفسي، فمع بداية العقد الثالث من القرن العشرين، وبينما كانت نظرية فرويد في أوج ازدهارها، اجتاح أوروبا رعب الحرب التي قد يشعلها الألماني

النازي أدولف هتلر وما قد يصاحب ذلك من خوف ورعب واضطرابات نفسية، وقد تحقق ذلك بالفعل عام ١٩٣٩، ونتج عن ذلك خروج مجموعة من علماء النفس الأوربيون (التحليليون الجدد) على خط فرويد وراحوا يعدلون في نظريته ليبرزوا أثر الثقافة والمجتمع في تطور الشخصية والمرض العقلي كما أشار إلى ذلك (عبد الرحمن،٢٠٠٠: ٩٠) ومن هؤلاء العلماء:

- **كارن هورني (Kren Horney):** بنت هورني نظريتها على اعتقاد مؤداه أن القلق ما هو إلا علامة شائعة للمرض النفسي الذي يتطور كنتيجة لأحد ثلاث صراعات في الشخصية هي التحرك تجاه الناس، والتحرك ضد الناس، والتحرك بعيداً عن الناس، وهذا يخلق بدوره ثلاثة أنماط للشخصية هي النمط المشارك والنمط المهاجم والنمط الهارب من الناس، وترتبط هذه الصراعات التي نخبرها بكل من الحب والتعبير عن الغضب وتلعب دوراً في فقد علاقاتنا بالآخرين. واهتمت هورني بالعلاقة بين الطفل ووالديه. مؤكدة على أن العلاقة التي يشوبها البرود وعدم الأمان والشعور بالعزلة في عالم يسوده عدم الود والصداقة من شأنها أن تقوده في النهاية للقلق وبقية الاضطرابات النفسية وبهذه الطريقة ربطت بشكل واضح بين البيئة العدائية وعلم النفس المرضي. (المصدر السابق،٢٠٠٠م: ٩٠)

- **سوليفان Sullvian** : يتفق كلاً من سوليفان وهورني في تأكيدهما على فكرة أن عدم توفر الأمان الاجتماعي يسبب القلق فسوليفان ينظر للقلق كشيء شخصي تبادلي في الأصل. وأنه شيء يمكن وصفه وملاحظته بالتعرف على المظهر وردود الفعل الجسمانية أو حتى بقياس التغيرات الفسيولوجية التي تشير إلى وجود القلق مثل ضربات القلق، أو ضغط الدم. وبما أن القلق شيء تبادلي في الأصل فالمشاعر الأولى للقلق يتم تحويلها من الأم فحين يكون القلق موجوداً لدى الأم تنعكس آثاره في الوليد لأنه يستحث القلق من خلال الارتباط العاطفي بين الأم

ووليدها. ويذهب سوليفان إلي أن هدف الإنسان هو خفض حدة التوتر الذي يهـدد أمنه. وتنشأ التوترات من مصدرين: توترات ناشئة عن حاجات عضوية وتوترات تنشأ عن مشاعر القلق، وخفض التوترات الناشئة عن القلق يعتبر مـن العمليـات الهامة في نظرية سوليفان والتي أطلق عليها "مبدأ القلق"، والقلـق فـي نظريـة سـوليفان هو أحد المحركات الأولية في حياة الفرد. وقدم سـوليفان مـصـطلحاً هو "نظـام الذات" Self System. حيث يعتقد أن نظـام الـذات يتـشـكل فـي صـورة فردية بواسـطة القلق الناجم عن عدم رضا الآبـاء ومـوافقتهم وعـن مشاعر الطـمأنينة الناجمة عن محبة الآباء ورضـاهم. (انجلر،١٤١١هـ: ١٣٨؛ عثمان،٢٠٠١م: ٢٣)

- **فروم (Fromm) :** يرجع فروم المرض النفسي إلى كل من الأنماط الخاطئـة للتنشئة من ناحية، والثقافة التي يحيا فيها الفرد من ناحية أخـرى، فيـرى أن مبعث القلق هو ذلك الصراع بين حاجة الفرد إلى التقرب من والديـه وبـين حاجته إلى الاستقلال عنهما، وهذا الصراع النموذجي يلخص ديناميكية العلاقة الارتباطية بين الفرد ووالديه والمجتمع منذ الصغر، ولهذا فـان فهـم نفـس الإنسان لابد أن يبنى على تحليل حاجات الإنسان النابعة من ظروف وجـوده وهي الحاجة إلى إطار توجيهي، ويؤكد فروم أن هذه الحاجات الإنسانية جـزء من طبيعة الإنسان ولازمة لتطوره وارتقائه، فشخصية الإنـسان تنمـو علـى حسب الفرص التي يتبعها مجتمع معين لتحقيق الـشعور بهويـة الشخـصية، وبعبارة أخرى أن توافق الإنسان مع المجتمع يمثل عادة حـلاً وسـطاً بـين الحاجات الداخلية والمطالب الخارجية فهـو ينمـي طابعـاً اجتماعيـاً يتفـق ومقتضيات المجتمع. (بلوش،١٤٢٠هـ: ٢٠؛ عبد الرحمن،٢٠٠٠م: ٩١)

- **اريكسون (Erikson):** يعده البعض من مؤسسي سيكولوجية الأنا وقد ركـز

على الدور الاجتماعي والثقافي في المرض النفسي، ويرى أن الشخصية فـي نمو مستمر على مدار حياتها عبر ثمان مراحل هي:

١- المهد : الثقة الأساسية مقابل عدم الثقة (الأمل).
٢- الطفولة المبكرة : الاستقلال مقابل الشك والخجل (قوة الإرادة).
٣- سن اللعب الحركي والجنسي : المبادأة مقابل الشعور بالذنب (الغرض)
٤- سن المدرسة الابتدائية (الكمون):الإنجاز مقابل الشعور بالنقص (الكفاءة).
٥- البلوغ والمراهقة : هوية الأنا مقابل تشتت الدور(الإخلاص).
٦- الرشد المبكر : الألفة مقابل العزلة (الحب).
٧- الرشد المتوسط : العطاء مقابل الركود (الرعاية).
٨- النضج وأخر العمر : التكامل مقابل اليأس (الحكمة).

ويرى إريكسون أن كل مرحلة تحمل أزمة تتطلب الحل وهذه الأزمة ترجـع في جزء منها إلى العوامل الاجتماعية والثقافية، وأن حل هذه الأزمة يؤدي إلـى تمتع الفرد بالسواء النفسي والانتقال الى المرحلة الجديدة أما الفشل في حلها فيؤدي إلى تحول الأنا القادرة إلى أنا ضعيفة عاجزة عن تنمية الإحساس بالهوية والوقوع في براثن المرض النفسي.(عبد الرحمن، ٢٠٠٠م:٩٢)

وبهذا تستطيع الباحثة القول بأن دعائم النظرية التحليلية تقوم على اعتقاد مفاده أن السلوك البشري يتأثر بشده بالعمليات النفسية اللاشعورية، وأن سلوك الإنـسان السوي و اللاسوي يكون نتاج تفاعل العوامل الوراثية والبيئية، كما يركز علمـاء النفس التحليليون على الأهمية البالغة للسنوات الأولى من حياة الطفل معتقـدين أن أحداث الطفولة يكون لها تأثير بالغ على الحالة النفسية للفرد على مدار حياته.

٢- النظرية السلوكية:

استفاد الباحثون وخاصة في الولايات المتحدة الأمريكية من تجارب بـافلوف واستنتاجاته في مجال التعلم حيث قام واطسن ورينرWatson and Rainer ١٩٢٠م بتجربة على طفل صغير أمكنهما أن يجعلانه يخاف من مثير مشروط "فأر أبيض كان يلعب معه " بعد اشراطه لمثير طبيعي كان يحدث الخوف لديه "طرقـات ذات صوت عالي "حيث اعتبر السلوكيون أن القلق سلوك متعلم. وهذا التفسير يركـز على الطرق التي يصبح فيها القلق مرتبطاً بمثيرات معينة خـلال عمليـة الـتعلم وخلال عملية الاشراط والتعزيز، فمشاعر الفزع عند الطفل البرت الناجمة عـن رؤيته فأر أبيض اللون نجمت عن ارتباط هذا الفأر مـع موقـف مفـزع أصـلا كالصوت العالي والمفاجئ.(الشناوي،١٩٩٦:٣٤٤؛ عدس وتوق،١٩٨٦:٣٦٤)

وهكذا قامت النظرية السلوكية بتحليل السلوك إلـى وحـدات مـن المثيـر والاستجابة فالقلق في التصور السلوكي هو دافع للتوافق بما أننا نجده كخبرة غير سارة حيث ينظر إلى أي خفض للقلق على أنه هدف له أهمية كما أن القلق يصبح مثيراً لميكانزمات متعددة للتوافق. والتعلم الشرطي الكلاسيكي عند بافلوف يمـدنا بتصور عن اكتساب القلق من خلال العصاب التجريبي حيث يتميز هذا العـصاب بالصفات التالية :

١- السلوك العصابي هو نتيجة ضغط وتوتر وصراع بين نزعات الفعل المعززة، ونزعات الفعل غير المعززة .
٢- السلوك العصابي يتميز بالقلق وهذا يتضمن العقاب من أي نوع كان.
٣- السلوك العصابي يتسم بمجموعة من الأعراض التي تعتبر غير عاديـة فـي نظر المعايير الاجتماعية.

ويرفض سكنر الذي وضع مبادئ الاشراط الإجرائـي أي تفـسير خيـالي للعصاب ويرى أن وجود أسباب داخلية مجرد خرافة، حيث يرجع الـسبب إلـى التعزيز أو في أغلب الحالات إلى العقاب حيث يـرى أن ميكانزمـات الاشـراط الإجرائـي تلعـب دوراً فـي حـدوث واسـتمرار عـدد مـن الاضـطرابات النفسية.(عثمان،٢٠٠١: ١٠٦؛عبدالرحمن،٢٠٠٠: ١٠٧)

ولقد عرض دولار وميللـر Dolard and Meller نظريتهمـا (الشخـصية والعلاج النفسي) واستخدما فيها مفاهيم خاصة بهما حيث استفادا من مفهوم الدافع وأكدا على الدور الذي يقوم به خفض الدافع في عملية التعليم. والقلق لديهما يعتبر دافعا مكتسباً أو قـابلاً للاكتـساب، ويحـدث القلـق نتيجـة الـصراع بكافـة أشكاله.(عثمان،٢٠٠١: ٢٥)

ومن الواضح أن القلق في النظرية السلوكية يقوم بعمل مزدوج فهو دافـع من ناحية ومصدراً للتعزيز من الناحية الأخرى ومن الممكن تلخيص وجهة النظر السلوكية في القلق بأنه استجابة اكتسبت نتيجة اقتران المثير المحايد بمثير يـؤدي إلى استجابة خوف وقد تم هذا الاقتران في ماضي الفرد. ولقد عاب الكثيرون على هذه النظرية تركيزها المبالغ فيه على التعلم والمحددات البيئية وإهمالها للعوامـل البيولوجية والمعرفية. ونتج عن ذلك ما يعرف بنظرية التعلم الاجتمـاعي والتـي دمجت العمليات المعرفية بالإطار السلوكي.

٣- النظرية السلوكية/ المعرفية (التعلم الاجتماعي):

دمجت هذه النظرية بين المفاهيم والاستراتيجيات المعرفية والسلوكية حيـث ركز بندورا وزملاؤه على دراسة نوع آخر من التعلم هو الـتعلم بالملاحظـة أو

النمذجة الذي يعد الآن نمطاً أساسياً للتعلم يختلف عن كل من الاشراط الإجرائـي والكلاسيكي فليس بالضرورة أن يعزز السلوك خارجياً في كـل الأحـوال حتـى يكتسب، ولقد ظهر لديهم بوضوح دور النمذجة (التعلم بالملاحظة) فـي اكتـساب السلوك وتطور المرض النفسي في البشر فوجود رفيق قلق مثلاً قد يؤثر بقوة في الفرد الأخر على الرغم من أن أياً منهم لا يبدو واعياً بمثل هذا التأثير. وترتكـز هذه النظرية على الدور القوي الذي تلعبه أفكارنا ومـشاعرنا حـول ذاتنـا فـي الاختيارات التي نقوم بها وعلى سبيل المثال فان لدى المرضى النفسيين اتجاهاتهم وتوقعاتهم حول الكيفية التي ظهر بها سلوكهم المضطرب واحتمالية قدرتهم علـى تغييره. ولقد حدد بندورا ثلاثة آثار للتعلم بالملاحظة هي: تعلم استجابات جديـدة، كف سلوكيات ممنوعة سبق العقاب عليها وأخيراً تسهيل ظهور استجابات تقع في حصيلة الملاحظ. كما أشار بندورا إلى أن سلوكنا السوي أو المضطرب يتم فـي ظل ما أسماه بالحتمية التبادلية حيث يرى أن الناس لا يندفعون بفعل تأثير القـوى الداخليـة فقـط ولا يندفعون قسـراً بفعل المثيـرات البيئيـة، وأن الوظـائف النفسية يمكن شرحها أفضل في شـكل تفاعلي تبادلي مسـتمر بـين الـشـخص والمحـددات البيئية أي بـين الـسـلوك والعوامـل المعرفيـة والمثيـرات البيئية.(عبد الرحمن، ٢٠٠٠: ١٠٩-١١٣)

٤- النظرية الوجودية :

إن النظرة الوجودية للقلق نظرةٌ فلسفيةٌ للحياة أكثر منها نظرة مبنيـة علـى بحوث ودراسات .

ويذهب فرانكل Frankl الى أن القلق الوجودي يكمن وراء القلق العصابي . والقلق

الوجودي هو ((الخوف من الموت، وفي نفس الوقت الخوف من الحياة ككل)) انه ناتج عن ضمير يشعر بالذنب تجاه الحياة أو الإحساس بعـدم تحقيـق الـشخص إمكاناته القيميه.(باترسون ،١٩٩٢م: ٤٦٧) كمـا يعـرف رولـومي Rollo May صاحب كتاب "معنى القلق" القلق بأنه الفهم المرتبط بتهديد بعض القيم التي يحملها الفرد ويؤمن بأهميتها وضرورتها لوجوده كشخص، إذن فهو يرى القلق خاصـية وجودية للكائن (انجلر ،١٤١١هـ: ٤١٨) كما يرى إن القلق ازداد كثافـة فـي عصرنا الحاضر وفي هذه الثقافة التنافسية بسبب افتقادنا للقيم الرئيسية في مجتمعنا والاغتراب والعزلة الشخصية (باترسون،١٩٩٢م: ٤٢٩).

والوجـوديين عمومـاً يرون أن القلق خاصـية أسـاسـية في الإنـسـان وهو اسـتجابة للتهديـد الذي يتعرض له وجود الإنسـان وليس هذا التهـديـد إلا الموت وهم بهذا يتفقون مع فرويد (الخاف،١٤١٥هـ :٥٢).

٥- النظرية الإنسانية :

تأثرت النظرية الإنسانية بالفلسفة الوجوديـة وظهـرت كـرد فعـل علـى الاتجاهات التحليلية والسلوكية، وعلى خلافهما ترى النظرية الإنـسانية أن القلـق ناتج عن الخوف من المستقبل وهذا ما يشير إليه عبد الغفار(٢٠٠١م) حيث يـذكر أن القلق كما يراه أصحاب الاتجاه الإنساني هو الخوف من المـستقبل و مـا قـد يحمله من أحداث قد تهدد إنسانيته. والإنسان طبقاً لأصحاب هـذه النظريـة هـو الكائن الوحيد الذي يدرك أنه سوف يموت يوماً ما في لحظة ما. والخـوف مـن الموت أو ترقبه هو السبب الرئيسي لقلق الإنسان. ويزداد قلق الإنسان إذا ما فقـد

بعضاً من طاقاته وقدراته لاعتلال في الصحة أو إصابته بمرض لا شفاء منـه أو إذا تقدم به السن، حيث يعني ذلـك انخفـاض عـدد الفـرص المتاحـة أمامـه. (عبدالغفار،٢٠٠١م :١٢٦-١٢٧)

ويرى ابراهام ماسـلو Abraham Maslow أحد رواد المذهب الإنـسـاني صـاحب نظـرية هرم الحاجـات أن عدم تحقيق الحاجة الثانية للإنسـان وهي (الحاجة للأمن) سبب في نشوء القلق والاضطراب وعـدم الثقـة فـيمن حولـه (انجلر،١٤١١هـ) . كما يرى كارل روجرز إن القلق حالة فيها يحصل عدم الاتفاق أو التناقض بين مفهوم الذات وبين الخبرة الكلية للفرد إلى الرمزيـة فـي داخـل الوعي. (باترسون،١٩٩٢م: ٣٨٩)

٦- النظرية المعرفية :

النظرية المعرفية ترى في القلق عملية توقع وخوف من المـستقبل و يمكـن القول بأن نوع هذا التوقع المعرفي هو مصدر الخوف الحقيقي .

حيث يذكر جورج كيلي George Kelly أحد بناة النظرية المعرفية مـسلمته التالية "أن العمليات التي يقوم بها الشخص توجه نفسياً بالطرق التي يتوقـع فيهـا الأحداث" فالقلق هو ما يعانيه الفرد استجابة لوضع بيئي مهدداً أنه إشـارة تنـذر باحتمال وقوع حدث بغيض أو مؤلم، كما يرى أن الشخص يعاني من القلق إذ لـم يمده جهازه التكويني بوسيلة يتعامل بها مع خبرة من الخبرات، أو حين يعجز عن تسمية خبرة ما أو إحلالها داخـل ذلـك الجهـاز. (انجلـر،١٤١١هـ : ٣١٤؛ كولمز،١٩٨٢م :٤٥٧)

كما يرى آرون بك Aaron Beck إن القلق انفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعتبر تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقرير لخطر محتمـل. (باترسـون،١٩٩٢م :٣٤) وهو بهذا يركز على المحتوى الفكري للقلق .

٧-النظرية النفسية الدينية :

ترى هذه المدرسة أن القلق يرجع إلى الخطيئة (ذنب،إثم)، أي إلى الـشعور بارتكاب خطأ انتهك الشخص فيه مبادئ الخلق والدين أن هذا الشعور يبـدو فـي صورة فقد الشعور بالقيمة والاستحقاق ..إن هذا الشعور يهدد "الأنا الخلقية " الأمر الذي يجعل صاحبها يعيش في قلق دائم مستمر. وتعرف هذه النظريـة "بنظريـة الخطيئة في العصاب" أن القلق حسب هذا المفهوم يحدث على النحو التالي عنـدما يقوم الفرد بأعمال كان يتمنى إلا يقوم بها، يشعر(بالندم) على أعمال مارسها الفرد فعلا (فهمي،د.ت:٣١٦-٣١٧) وهذا ما ذهب إليه كيركيجارد Soren Kier kegard ،١٨٤٤م في تعريفه للقلق حيث يذكر "أنه انفعال فطري مغروس في الإنسان منذ بدء الخليقة". كما ذهب إلى أن القلق يؤدي إلى الخطيئة والخطيئة تؤدي إلى القلق. ولايمكن التغلب على ذلك إلاعن طريق الإيمان بالله.(الشويعر،١٩٨٤م: ١٧)

التعليق على النظريات :

تناولت مدرسة التحليل النفسي ماضي الفرد وخاصةً في مرحلـة الطفولـة وأكدت على أهمية العوامل اللاشعورية والصراعات الداخلية كما ركزت اهتمامها على الدوافع الجنسية مما دعى بعض أنصار التحليل النفسي إلى الانشقاق عليهـا

وقد أهتم هؤلاء المنشقون (الفرويدون الجدد) بإعادة النظر في الأسباب المكونة للأعصبة والتي يكون القلق محورها من خلال علاقة الفرد بالمجتمع وتعرضه لبعض الضغوط والتي تؤدي الى تكوين القلق.

وبالرغم من كل ما وجه إلى نظرية التحليل النفسي من انتقادات - بشأن الاهتمام المبالغ فيه بدور العمليات اللاشعورية كمحددات للسلوك. وتجاهلها لدور العوامل البيولوجية- فقد أسهمت بقدر كبير في فهم طبيعة الشخصية الإنسانية، كما لفتت الانتباه إلى أهمية خبرات الطفولة في تطور النمو السوي والمرضي للشخصية. و إبراز أثر اللاشعور على السلوك الإنساني.

أما النظرية السلوكية فلقد ركزت على دور التعلم والمحددات البيئية في تفسير السلوك حيث تناولت القلق وجميع الأعصبة النفسية باعتبارها عادات متعلمه واستجابات شرطيه مما يكون الفرد غير واعي بالمثير الطبيعي لها وبهذا اعتبرت بمثابة قوة مواجهة للتحليل النفسي. إلا أن تركيزها على دور التعلم والبيئة في تفسير السلوك جعلها موضعاً للنقد والذي حاولت نظرية التعلم الاجتماعي تفاديه. حيث حاولت أن تبدو كنظرية محققة لرؤية شاملة بشكل أكبر وذلك من خلال مزاوجتها لما حققته نظرية التعلم الاجتماعي من استبصار مع محددات البيئة وعوامل التعلم الذي ركزت عليها النظرية السلوكية، إلا أن هناك من ينتقدها أيضاً حيث يذكر عبد الرحمن (١١٣:٢٠٠٠) "أن انتقادها كان بسبب مبالغتها على دور العوامل المعرفية والشخصية في السلوك فهم لا ينكرون وجود هذه العوامل ولكن يأخذون عليها أنه لا يمكن قياسها بسهولة كما أن هذه النظرية أيضاً أهملت دور العوامل الوراثية والحيوية".

ومن ثم تميزت المدرسة الإنسانية بنظرتها السامية للإنسان، فلقد نظر للإنسان باعتباره كائن حي مفكر حر له توجهاته نحو المستقبل تشغله قضية

وجوده ويسعى لتحقيق ذاته كما أنه يلتمس معنى لحياته. ويبحـث عـن حريتـه ويشغله المستقبل وما سيحققه فيه وما إذا كان سيحمل له هذا المستقبل من أخطار قد تعيق تحقيق إمكانياته ومن ثم يكون القلق بشأن المستقبل.

وقد يعد هذا الإفراط المبالغ فيه بشأن النظرة التفاؤلية عيباً من عيوب هـذه النظرية، كما أن هذه النظرية لم تستطع أن تعد إطاراً علمياً متكاملاً لتفسر السلوك البشري.

ثم نرى النظرية المعرفية التي تؤكد على المحتوى المعرفـي أو الفكـري والتوقعات وتجعلها مصدراً للقلق.

وتأتي النظرية الدينية لتؤكد على أن الذنب أو الخطيئة هما مصدرا القلق.

وبالرغم من ميل الباحثة الكبير إلى طريقة التفكير التـي تنتهجهـا النظريـة السلوكية / المعرفية (التعلم الاجتماعي) في تفسيرها للأمور وعلاجها لها إلا أنها ترى أنه من الضروري النظر بعين الإنصاف والاحترام إلى ما قدمته النظريـات الأخرى من استبصار وفهم كبير حول موضوع القلق ومحاولات تفسيرها لأسباب نشؤه ومصادره. حيث استطاعت في النهاية تكوين نوع من التراكم المعرفي حول موضوع القلق مما جعل النظرة إلى هذا الموضوع أكثر شمولية وتكامل.

مستويات القلق:

يشير عدس وتوق (١٩٨٦م) إلى وجود القلق في حياة الفرد بدرجات مختلفة تمتد ما بين القلق البسيط الذي يظهر على شكل الخشية وانشغال البـال والقلـق الشديد الذي يظهر على شكل الرعب والفزع. (عدس وتوق،١٩٨٦م: ٣٦٧)

يحدد عثمان (٢٠٠١م) ثلاث مستويات للقلق هي المنخفـضة –المتوسـطة- العالية

أولاً:المستويات المنخفضة للقلق:

يحدث حالة التنبيه العام للفرد ويزداد تيقظه وترتفع لديه الحساسية للأحداث الخارجية كما تزداد قدرته على مقاومة الخطر ويكون الفرد فـي حالـة تحفـز لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها الفرد ولهذا يكون القلق في هذا المستوى إشارة إلى إنذار لخطر وشيك الوقوع.

ثانياً:المستويات المتوسطة:

يصبح الفرد أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونتـه وتلقائيتـه ويستولي الجمود بوجه عام على تصرفات الفرد فـي مواقـف الحيـاة وتكـون استجابته وعادته هي تلك العادات الأولية الأكثر ألفة وبالتالي يصبح كـل شـيء جديد مهدداً وتنخفض القدرة على الابتكار، ويزداد الجهد المبذول للمحافظة علـى السلوك المناسب في مواقف الحياة المتعددة.

ثالثاً:المستويات العليا من القلق:

يحدث اضمحلال وانهيـار للتنظيم السـلوكي للفرد ويحـدث نكـوص إلى أسـاليب أكثـر بـدائية وينخفض التآزر والتكامل انخفاضـاً كبـيراً فـي هـذه الحالة. (عثمان،٢٠٠١،ص٢٨)

الجوانب السلبية والإيجابية للقلق:

عندما يستولي القلق على الأفراد ويتمكن منهم تصبح حياتهم عبـارة عـن سلسلة من المنغصات فيؤثر على أدائهم وإنتاجهم وقدرتهم على الإبداع والابتكار وخصوصاً في الدرجات العالية منه حيث يتحول إلى قلق عصابي، إلا انـه فـي المستوى الطبيعي المعتدل يكون على العكس فيبدو هذا القلق إيجابياً ودافعاً للتقدم وحل المشكلات .يقول سوين (١٩٧٩م :٣٤٦)" القلق أشبه بالإشعاع ، مفيد إذا تم ضبطه وتوجيهه، ولكنه ضار إلـى حـد بعيـد إذا تـرك مـن غيـر تقييـد ". ويذكرعيسوي (١٩٩٤م: ١٦١)" أنه لا يوجد أي فرد يعيش بلا قلق. وبينما يكون قدر محدود من القلق ضروريا للنمو، فان قدراً كبيراً منه يكون معوقاً".

كما يشير عبد السلام وآخرون (١٩٩٢م) إلى إن هناك علاقة ارتباطيه قوية بين الجوانب السلبية للقلق النفسي وبين الدرجة العالية وكذلك الدرجة المنخفـضة من درجات القلق. فالقلق العالي المزمن هو الذي نسميه (القلق العـصابي) وهـو القلق الذي تكون شدته فوق قدرة احتمال الفرد مما يدفع بالفرد إلى أن يسلك طرقاً غير واقعية وغير منطقية ومرضية وباختصار طرقاً عصابية تنعدم معها قدرتـه على التعامل مع جميع المواقف وبما يتناسب معها من أداء. وهذا النوع من القلق هو الذي يعيق أداء الإنسان ويعطل قدراته الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية والتربوية والمهنية. وأيضا عندما تكون مستويات القلق منخفضة قد يصبح الفـرد غير مكترث بما يدور من حوله من مشكلات وغير مبـالٍ فـي الاهتمـام بهـا. (عبدالسلام وآخرون ١٩٩٢م: ٦٠)

ويؤكد موسى (١٩٧٩م) على إن للقلق جوانب ايجابيه مثلما له جوانب سلبيه ويكون ذلك في حالات القلق متوسط الشده حيث إن هذه الدرجة من القلق تـرتبط

بأكثر الأداءات اتساقا بعكس القلق العصابي العالي أو القلق المـنخفض. فـالقلق العادي ضروري للأفراد الناضجين انفعالياً وعقلياً حيث أنه يساعدنا على التعامل مع المشكلات التي تواجهنا في مواقف الحياة اليومية بكفاءة جيدة، وهذه الدرجـة من القلق يمكن تسميتها (القلق السوي) لأن مثل هذه الدرجة المعقولة مـن القلـق تيسر لنا التعامل مع جميع المواقف...وهذه الدرجة من القلق ضرورية لحفظ حياة الإنسان وحمايته من المؤثرات ودافعاً له للعمل والتعلم. (موسى،١٩٧٩:٣٠)

أسباب القلق:

هناك عدة أسباب تعد مسؤولة عن القلق من أهمها:-

١- الوراثة:

تعد الوراثة من أهم الأسباب التي تؤدي إلى القلق حيث تؤكد بعـض الأبحـاث الحديثة أثر العوامل الوراثية في ظهور القلق. من بين هذه الأبحاث التي أجريـت على التوائم حيث تبين أن التشابه في الجهاز العـصبي الـلاإرادي، والاسـتجابة للمنبهات الخارجية والداخلية. بصورة متشابهة يؤدي إلى ظهور أعـراض القلـق لدى التوأمين، كذلك أظهرت دراسة الأسر أن (١٥٪) من أبناء وأخـوة مرضـى القلق يعانون من نفس المرض، وقد وجد أن نسبة الشبه في التوائم المتشابهة تصل إلى (٥٠٪)، وأن (٦٥٪) منهم يعانون من بعض سمات القلق، وقد اختلفـت هـذه النسب عنه بين التوائم غير المتشابهة فوصلت إلى (٤٪)، كما أن سـمات القلـق ظهرت في (١٤٪) من الحالات، وقد يكون ذلك كمؤشر إلى أن الوراثة تلعب دوراً هاماً في الاستعداد للإصابة بمرض القلق. (الزراد،١٩٨٤م: ٧٨-٧٩)

٢- العمر:

تعد المرحلة العمرية أحد العوامل التي تؤثر في نشأة القلق. حيث يزداد القلق مع عدم نضج الجهاز العصبي في الطفولة، وكذلك ضموره لدى المسنين، فيظهر القلق لدى الأطفال بأعراض مختلفة عنه لدى الراشدين، فيكون الخوف لدى الأطفال على شكل خوف من الظلام ومن الحيوانات ..، أما القلق في المراهقة فيكون بشكل الشعور بعدم الأمن والخجل ..، وعادة تضعف أعراض القلق في مرحلة النضج لتظهر ثانية في مرحلة سن اليأس والشيخوخة. (المصدر السابق،١٩٨٤م: ٧٨-٧٩)

٣- مواقف الحياة الضاغطة:

إن الضغوط الحضارية والثقافية والبيئية الحديثة ومطامح المدنية المتغيرة من أهم أسباب القلق حيث البيئة المشبعة بعوامل الخوف ومواقف الضغط والوحدة والحرمان وعدم الأمن واضطراب الجو الأسري وتفكك الأسرة. (زهران،١٩٧٨م: ٣٩٨-٣٩٩)

٤- مشكلات الطفولة والمراهقة والشيخوخة:

حيث تنشط ذكريات الصراعات في الماضي والطرق الخاطئة في تنشئة الأطفال مثل القسوة والتسلط والحماية الزائدة واضطراب العلاقات الشخصية مع الآخرين والتعرض للخبرات الحادة اقتصادياً أو عاطفياً أو تربوياً والخبرات الجنسية الصادرة خاصة في الطفولة والإرهاق الجسمي والتعب والمرض. (المصدر السابق،١٩٧٨م:٣٩٩)

وهناك من يرى أن بعد الإنسان عن دينه الصحيح وغفلته هي أحد الأسباب

المؤدية للقلق(فهمي،د.ت؛محمد،١٩٩٣م؛كشك،١٩٩١م)

أعراض القلق:

يمكن تقسيم هذه الأعراض إلى أعراض جسمية وأعراض نفسية وأعـراض سيكوسوماتيه.

١-**أعراض جسمية مثل:** برودة الأطراف، تصبب العرق، اضطرابات معدية، سرعة ضربات القلب، اضطرابات في النـوم والـصداع وفقـدان الـشهية، اضطرابات في النفس.

٢-**أعراض نفسية مثل:** الخوف، توقع الأذى والمـصائب، سـرعة النـسيان، التوتر والتهيج العصبي وعدم القدرة على التركيز، وعدم الثقـة والطمأنينـة والرغبة في الهرب عند مواجهة أي موقف من مواقف الحياة.

٣-الأمراض السيكوسوماتيه:

ويقصد بذلك الأمراض العضوية التي تنشأ بسبب معانـاة القلـق النفـسي والانفعالات الشديدة، كما يقصد بذلك الأمراض العضوية التي تزيد أعراضها عند التعرض إلي حالات القلق النفسي والتوترات الشديدة، وطبعاً فانه في مثـل هـذه الحالات يكون علاج القلق والانفعالات، أساسياً لشفاء المريض ومن أجل صـحته العامة، ومن أهم هذه الأمراض السيكوسوماتيه "ارتفـاع ضـغط الـدم، الذبحـة الصدرية، جلطة الشرايين التاجية للقلب، الربـو الـشعبي، الرومـاتيزم، البـول السكري، قرحة المعدة ..الخ " (الزراد،١٩٨٤م :٨٢-٨٧)

المحكات التشخيصية للقلق: (DSM. IV. 1994, PP: 435-436)

نظراً لوجود تشابه كبير في الأعراض بين الكثير من الاضطرابات النفـسية فإن هناك بعضاً من المحكات التشخيصية الخاصة بكل اضطراب والتـي تميـزه بصورة أدق عن الاضطرابات الأخرى ومن أهم محكـات القلـق التشخيـصية مـايلـي:-

أ – قلق وانشغال زائدين (توقع كدر) يحدث في معظم الأيام لمدة لا تقل عن ستة شهور، ويدور حول عدد من الأحداث أو الأنشطة (مثل العمـل أو الأداء المدرسي).

ب – يجد الشخص أن من الصعب عليه أن يتحكم في انشغاله هذا.

ج – كل من القلق والانشغال يكونا مصحوبين بثلاث أو أكثر من الأعـراض الستة التالية (مع وجود بعض الأعراض على الأقل لأيام تزيد عن أيـام عدم وجودها، وذلك خلال الشهور الستة الأخيرة).

١ – عدم الاستقرار أو الشعور بأنه على وشك السقوط أو على حافة الخطر.

٢ – الإحساس بالتعب بسهولة.

٣ – صعوبة التركيز أو أن العقل أصبح فارغ المحتوى.

٤ – السخط أو سرعة الغضب (سهولة الاستثارة).

٥ – التوتر العضلي.

٦- اضطراب النوم (صعوبة الدخول في النوم أو الاستغراق فيه أو نوم غير مستقر أو غير مشبع).

د – لا يقتصر تركيز القلق أو الانشغال على أعراض اضطراب المحور.

هـ – القلق أو الانشغال أو الأعراض البدنية تتسبب في ألم إكلينيكي جوهري أو قصور في الأداء الاجتماعي أو المهني أو غيرهما من مجـالات الأداء

المهمة.

و – لا يرجع الاختلال لتأثيرات فسيولوجية مباشرة لمادة أو عقـار أو حالـة طبية عامة ولا يحدث قطعياً أثناء اختلال مزاجي أو اضطراب ذهـاني أو اضطراب نمائي متغلغل.

علاج القلق:

القلق العصابي أكثر الأمراض النفسية استجابة للعلاج .ومن أهم التوصيات العلاجية والتي ذكرها عكاشة (١٩٩٢) مايلي :-

١-العلاج النفسي ويقصد به الجلسات النفسية والإيحاء والتوجيه.

٢-العلاج البيئي والاجتماعي وذلك بإبعاد المريض عن المجالات التي تسبب لـه الصراع النفسي.

٣-العلاج الكيمائي ويتمثل ذلك في إعطاء المريض بعض المنومات والمهـدئات وعقاقير خاصة بتقليل التوتر العصبي.

٤-العلاج السلوكي ويوجه للفئة ذات القلق المرتبط بالخوف المرضي من النـاس والحيوانات أو الأماكن العامة أو الضيقة أو الشاهقة وذلك بإعطـاء المـريض جلسات استرخاء وتعلم شرطي.

٥- قد يلجأ في الحالات المستعصية لأسلوب العلاج الكهربائي أو الجراحي.

و يشير عبد الرحمن (٢٦٢:٢٠٠٠) إلى أن العلاج الطبي يعد أكثـر طـرق العلاج شيوعاً لمرضى القلق كما يعد العلاج السلوكي المعرفي المقترن بالتـدريب على الاسترخاء عامل فعال في اختزال التوتر مباشرة، حيث تساعد عملية البنـاء المعرفي المريض على تحديد واستبدال أفكاره المشوهة والمضطربة المؤدية لهذا الاضطراب إلى بناء معرفي جديد أكثر واقعية. والمزاوجة بين العلاج المعرفـي

والطبي غالباً ما تكون أكثر فعالية من أياً منهما بمفرده.

مصير القلق النفسي:

يختلف مصير القلق حسب الفرد، فمن نوبة واحدة لمدة قصيرة تختفـي دون عودة أو تحـول إلـى مـرض مـزمن لا يـستجيب لجميـع أنـواع العـلاج. (الزراد،١٩٨٤:٨)

تعقيب:

ومن خلال جميع ما سبق تستطيع الباحثة القول بأن القلق لم يعد سمة مـن سمات هذا العصر فقط بل أصبح تجربة إنسانية يعايشها الكثير من الأفراد خـلال حياتهم اليومية وبصور مختلفة، وإذا أخذنا بعين الاعتبار مكان العمل وقيمته فـي حياة الأشخاص. لا يبدو غريباً أن يكون مصدراً لأعراض قلق تتعلق بـه بـشكل خاص أو أن يكون سبباً لإثارة حالة قلق مرضية كانت معوضة من قبله. والبحوث الإحصائية حول القلق كظاهرة مرضية وعلاقته بواقع الحياة اليومية للعمل تبـين أن الترابط بينهما كبير وبالأخص لدى المرأة العاملة وذلك نتيجة لتميـز المـرأة فسيولوجياً ونفسياً عن غيرها ولطبيعة الدور الذي تقوم به كأنثى. وتتناول الباحثة في الجزء التالي موضوع القلق لدى المرأة العاملة من عدة نواحي.

ب) القلق لدى المرأة العاملة

شهد القرن الماضي قفزات سريعة من التطور والتقدم في كثير من نـواحي

الحياة فقد شهد حربين عالميتين تمخضت عنهما هـزات اقتـصادية واجتماعيـة وسياسة كبيرة. ولقد صاحب كل ذلك تغيرات أيدلوجية وأخرى تكنولوجية، واكبها تطورات واكتشافات علمية مذهلة، حتى سمي هـذا العـصر بعـصر الانفجـار المعرفي أو عصر ثورة المعلومات، كما صاحب كل ذلك تطور ملحوظ في وسائل الاتصال والمواصلات حتى أصبح الجنس البـشري وكأنـه يعـيش فـي قريـة تكنولوجية واحدة .

ولقد واكب هذا التغير تغيرات في النشاطات الإنسانية، تولد عنهـا حـدوث تغيرات في السلوك والاتجاهات والأدوار الاجتماعية، استطاع البعض أن يتوافـق معها أو يسايرها، وفشل البعض الآخر في ذلك، وينطبق هذا على الإنسان ذكـراً كان أم أنثى.

وقد تكـون المرأة أشـد تأثـرا وأعمق اسـتجابة لهذه التغيـرات ربمـــا لحسـاسـيتها لكل تغير يطـرأ على الحيـاة، وربما لحداثـة خروجهــا مـن بيتها للعمل. (شند، ٢٠٠٠: ١١)

وتتناول الباحثة في هذا الجزء موضوع القلق لدى المرأة العاملـة مـن عـدة جوانب، مبتدئة بالحديث عن خصائص المرأة فسيولوجياً ونفسياً ومدى قدرتها على تحمل أعباء العمل و مسؤولياته، كما تتناول الحديث عن خروج المرأة للعمل، متى كان وما هي دوافعه. وتلي ذلك بذكر الآثار الإيجابية و السلبية لهذا الخروج وأثر ذلك كله على توازن المرأة النفسي واحتمال إصابتها بالقلق.

بعض الخصائص الفسيولوجية والنفسية للمرأة :

تتميز المرأة بخصائص فسيولوجية ونفـسية تتفـق وتكوينهـا البيولـوجي.

وتحاول الباحثة فيما يلي إلقاء الضوء على بعض هذه الخصائص من خلال استعراض بعض التغييرات الفسيولوجية والنفسية التي تعتري المرأة أثناء تعرضها لمقتضيات تكوينها البيولوجي ومنها كما يذكر البار(١٤١٢هـ) ما يلي:-

١- **المحيض:** تتعرض المرأة في أثناء الحيض لآلام ومعاناة نلخصها فيما يلي:

أ- تصاب أكثر النساء بآلام وأوجاع في أسفل الظهر وأسفل البطن وتكون آلام بعض النساء فوق الاحتمال مما يستدعي استدعاء الطبيب واستعمال الأدوية المسكنة للألم.

ب- تصاب كثير من النساء بحالة من الكآبة والضيق أثناء الحيض وخاصة عند بدايته .. وتكون المرأة عادة متقلبة المزاج سريعة الاهتياج قليلة الاحتمال كما أن حالتها العقلية والفكرية تكون في أدنى مستوى لها.

ج- تقل الرغبة الجنسية لدى المرأة وخاصة عند بداية الحيض وتميل كثير من النساء في فترة الحيض إلى العزلة.

د- تصاب العديدات منهن بفقر الدم (الأنيميا) الذي ينتج عن النزيف الشهري إذ تفقد المرأة كمية من الدم في أثناء حيضها.

هـ- تنخفض درجة حرارة المرأة أثناء الحيض بدرجة مئوية كاملة.

و- تصاب الغدد الصماء بالتغير أثناء الحيض فتقل إفرازاتها الحيوية الهامة للجسم إلى أدنى مستوى لها أثناء الحيض.

ز- نتيجة للعوامل السابقة تنخفض درجة حرارة الجسم و يبطيء النبض وينخفض ضغط الدم وتصاب كثير من النساء بالشعور بالدوخة والكسل والفتور أثناء فترة الحيض.

٢-**الحمل:** ينقلب كيان المرأة أثناء الحمل ويبدأ الحمل بالغثيان والقيء .. وكثيراً ما يكون ذلك شديداً وخاصة في الأشهر الأولى من الحمل .. وتعطي الأم

جنينها كل ما يحتاج إليه من مواد غذائية مهضومة جاهزة حتى ولو كانت هي في أشد الحاجة إليها. وقد تصاب الكثير من الأمهات نتيجة لذلك بلين العظـام وفقر الدم، كما إن القلب يتحمل أضعاف ما يتحمله قبيل الحمل حيـث يقـوم بدورتين دمويتين كاملتين. دورة للأم ودورة للجنين ويتحمـل تبعـات هـاتين الدورتين . كما يحصل الكثير من التغيرات الفسيولوجيه الأخرى. والتي تعتبر من مقتضيات الحمل الطبيعية.

٣-**الولادة وفترة النفاس :** إن آلام الولادة تفوق أي ألم آخر ومع هذا فلا تكاد المرأة تنتهي من ولادة حتى تستعد لولادة أخرى ، وفي الماضي كانت الولادة شديدة الخطورة وتنتهي كثير من حالاتها بوفاة الأم أو وفاة الجنين أو وفاتهما معا، ورغم التقدم الطبي الكبير إلا أنه مازالت مجموعة مـن النـساء يلـدن بالعملية القيصرية كما أن مجموعة قليلة تفقد حياتها أثناء الـولادة أو بـسبب حمى النفاس وما تزال الأمراض الناتجة عن الحمل والـولادة رغـم التقـدم الطبي الهائل ليست بالقليلة. (البار،١٤١٢هـ: ٩٠-٩٥)

ومع أن الولادة والرضاعة من الوظائف الطبيعية للمرأة إلا أن المـرأة قـد تتعرض لأعباء فسيولوجية إضافية كما أنها معرضة لخطر تسمم الحوامل. وغالباً ما يظهر على المرأة في بدء الحمل بعض التغييرات الوجدانية السريعة و أحيانـاً تصاب المرأة بالقلق والاكتئاب . وقد تزداد الأعراض العصابية بشدة وتصبح عقبة في اسـتمرار الحمـل. وقـد تـصاب المـرأة الحامـل بعـد الـولادة بـذهان الولادة.(الزراد،١٩٨٤م: ١٠٨)

ومن الطبيعي أن يكون للمرأة تكوين عاطفي خاص لا يشبه تكوين الرجل لأن ملازمة الطفل الوليد لا تنتهي بمناولته الثدي و إرضاعه فلابد معها من تعهد دائم و مجاوبة شعورية تستدعي شيئاً كثيراً من التناسب بين مزاجها ومزاجـه. وبـين

فهمها وفهمه و مدارج حسه وعطفه.. وهذه حالة من حالات الأنوثة شوهدت كثيراً في أطوار حياتها من صباها الباكر إلى شيخوختها العالية فلا تخلو مـن مـشابهة للطفل من الرضى والغضب..وينشأ هذا الخلق من اقتران أدواتها النفسية والجسدية أثناء حضانة الأطفال وإرضاعهم . وقد يكون ذلك أصل من أصول اللين الأنثوي الذي جعل المرأة سريعة الانقياد للحس والاستجابة للعاطفة.(البار،١٩٩٢م: ٨٧)

وتجد الباحثة من خلال استعراضها لبعض الخصائص الفسيولوجية والنفـسية للمرأة عظم الاختلاف في تكوينها عن الرجل وبالتالي مقدرة كل منهما على تحمل أعباء العمل ومسؤولياته. وترى الباحثة أن هذه الخصائص النفسية والفـسيولوجية للمرأة جعلتها موضع اهتمام ونظر الكثير من الباحثين وذلك عندما قررت الخروج للعمل، حيث ازداد عدد الدراسات التي بحثت في هذا الموضوع، ولقد جاءت نتائج الكثير من هذه الدراسات مؤكدة على أن المرأة العاملة أكثر تعرضـاً للـضغوط النفسية والقلق من الرجل العامل، وذلك كما في نتائج دراسة ثويتس (مذكورة فـي هوكستشايلد،١٩٩٤م) ودراسة (العنزي، ١٤١٦هـ).

ومن هنا أصبح موضوع عمل المرأة وما يتعلق به من آثار سواء على ذاتها أو على المجتمع موضوعا مغرياً للبحث والمناقشة.

وتتناول الباحثة في دراستها الحالية موضوع القلق لدى المرأة العاملة مقارنتا بغيرها من غير العاملات وذلك في ظل تشابه الخصائص النفسية و الفـسيولوجية لدى كل من المجموعتين.

وفيما يلي تستعرض الباحثة نبذه عن التطور التاريخي لخروج المـرأة إلـى العمل وآثاره السلبية والإيجابية عليها وأثر ذلك على توازنها النفـسي وإصـابتها بالقلق.

عمل المرأة في الماضي:

تفضل الباحثة قبل الخوض بالموضوع أن تعرج قليلاً على تـاريخ هـذه الظاهرة، إذ مشاركة المرأة في عملية الإنتاج تعتبر قديمة العهد بعكس ما قد يتبادر للذهن للوهلة الأولى، ويكفي النظر إلى الأوساط الريفية أو البدوية في مجتمعاتنـا المعاصرة لكي نرى حجم مساهمة المرأة في عملية الإنتاج سواء كانت زراعية أو رعوية أو حتى تجارية ويشير السالم (١٩٩٨م) إلى أن المرأة كانت حتـى نهايـة الثمانين وبداية التسعين من القرن الهجري الماضي تعمل مثل الرجل، ليس فقـط في الزراعة، بل وفي البيع والشراء كان لهن نصيب بارز في أسـواقنا الـشعبية والأسبوعية منها والموسمية، وكن ينتقلان من سوق إلى أخروكن أيضاً ينتقلان مـن قرية إلى أخرى لبيع ما يحتاجه نساء القرى اللاتي لا يتمكن مـن الـذهاب إلـى السوق.

ومن المهن التي عرف عن المرأة السعودية ممارستها لها في الماضي:-

أ-البيع داخل البيوت.
ب- إعداد بعض الأطعمة ومن ثم بيعها.
ج-الخياطة.
د- العمل المباشر في بيوت بعض الأسر.
هـ -مزاولة بعض الصناعات اليدوية.
د-العمل في مزرعة الزوج أو العائلة. (السالم ،١٩٩٨م :٥٩-٦٠)

ويقول عبيدين (٢٠٠٠م) في محاضرته عن الصحة النفسية للمرأة العاملـة، أن هذا النوع من العمل يحمل خصوصيات تجعله يختلف جوهرياً عن نمط العمل

الحالي وخصوصاً بالنقاط التالية:-

١-كونه تشاركي تقوم به كافة أفراد الأسرة بدون تخصص.
٢-إنه غير مأجور ولا يحسب بالساعات.
٣- إنه موسمي.
٤-أنه لا يحمل الصفة الإلزامية إلا بما يقتضيه من ضرورة معيشية.

وللعجب، فان هذا النوع من العمل لم يكن على الرغم من أهميته ومشقته، يخاف الإشكاليات النفسية والأسرية والاجتماعية التي فرضها خروج المرأة إلى العمل في مجتمعاتنا المعاصرة.

وهنا يبرز لنا تساؤل مهم وهو متى خرجت المرأة إلى العمل بشكله الحديث ؟

تطور خروج المرأة إلى العمل:

يذكر عبيدين (٢٠٠٠م) إن دخول المرأة في ميدان العمل بشكله الحديث ساهم به اجتماع عدة عوامل وظروف مواتية منها ثقافية واقتصادية وتكنولوجية وسياسية، فقد فرضت الظروف الاقتصادية الصعبة التي شهدتها أوروبا بعد الحربين العالميتين الحاجة إلي الأيدي العاملة ونزول المرأة إلى ميادين العمل تعويضا عن نقص الرجال لتواجدهم في ساحات المعارك وقد ترافق ذلك مع انتشار العلم على نطاق واسع وبالأخص تعلم المرأة ومحو أميتها.

وفي إجابة لمرجريت بش (القاضي،١٩٨٤م :٩٣) عن تساؤل متى خرجت المرأة إلى العمل ذكرت: أنه حدثت في العالم ثورتان أدتا إلى تغيير الوظيفة الرئيسية لكل من الرجل والمرأة تغييراً جذرياً.

١- **الثورة الصناعية:** التي طوحت بالمرأة في عالم حرمت فيه من القلب الحنون، فلم تجد أباً أو أخاً أو زوجاً أو قريباً، يعنى بها وبأولادها وبذلك نشأ ضرب جديد من الاستقلال.

٢- **الثورة الطبية:** التي كافحت الأمراض الوبائية وخفضت من وفيات الأطفال ومكنت المرأة من تحديد النسل وقلات الإنجاب.

ويتفق (عبيدين،٢٠٠٠م) معها في هذا الرأي حيث يذكر أن التكنولوجيا الحديثة المعاصرة أتت لتقدم حلولاً ساهمت بشكل كبير في تقليل حجم عمل المرأة داخل البيت وتيسيره محررة إياها من اعتماد البيت عليها وقد بدا ذلك في عدة نواحي نذكر منها :- أولاً إن التقدم التكنولوجي والعلمي قلل من أهمية الفارق البيولوجي بين الرجل والمرأة والذي كان لصالح الرجل بلا نزاع في ذلك الوقت، فلم تعد معظم الأعمال تستدعي الجهد العضلي بمقدار ما تستدعي مهارات يمكن للمرأة تعلمها، وهذا ما فتح للمرأة أبواباً وفرص عمل كثيرة لم تكن بالسابق تستطيع المنافسة فيها.

-ثانياً قدمت التكنولوجيا المنزلية وسائل تعويض ثمينة للمرأة قللت من الحاجة لها داخل البيت وتوجهت شركات كبرى لتقدم حلولاً في هذا المجال فأتت الغسالة الكهربائية وأفران الغاز ...وغيرها من المنتجات التي ساعدت على فك ارتباط المرأة بالمنزل.

-ثالثاً والدفعة الأخيرة أتت للمرأة الغربية من التقدم الطبي واستحداث وسائل منع الحمل بأنواعها، مما أعطى الأمر وخاصة المرأة إمكانية التحكم بعملية الإنجاب وبالتالي دخول مجالات العمل بحرية أكبر.

ويذكر القاضي(١٩٨٤م) أنه حين كثرت النساء العاملات ظن الناس أن هذا

هو الوضع الطبيعي ولعل هذا هو الذي جعل الأمم المتحدة تقـرر اعتبـار عـام ١٩٧٥ م عاماً دولياً للمرأة وقد دعا مؤتمر المرأة في عامه الأول لاشتراك النساء اشتراكاً كلياً في تحقيق الحياة الاقتـصادية والـسياسية والاجتماعيـة والثقافيـة (القاضي،١٩٨٤م :٩٣)

دوافع خروج المرأة للعمل :

يذكر عبيدين(٢٠٠٠م) أن خروج المرأة العربية في البدء كـان محـصوراً على الشرائح الثقافية العليا رغبة في إثبات الذات ونزوعاً للتقليد والحضارة ومـا لبث أن استجابت له الأوساط الاجتماعية الوسطى المحتاجة للـدعم الاقتـصادي الذي يقدمه للأسرة ولنمو النزعة الاستهلاكية في مجتمعاتنا بل أصبح ضرورة في بعض الأحيان. وفي ذلك تذكر الخولي (١٩٩٩م) أنه كثيراً ما تلجأ بعض النساء إلى الالتحاق بأي عمل مناسب تحت ضغط ضرورة اقتصادية ملحة لكـي يعلـن أنفسهن، أو أطفالهن، أو آباءهن، أو حتى أزواجهن في بعض الأحيـان عنـدما يمرضون أو يعجزون أو تكون دخولهم من الضآلة بحيـث لا تفـي بالتزامـات الأسرة. (الخولي،١٩٩٩م :١٠٣)

ومن المعروف إن المرأة في أي مجتمع تمثل نصف أفراده ولذلك يجـب أن تتاح لها كل الفرص لاثبات وجودها عن طريق العمل المنتج. حيـث أن المـرأة تعتبر طاقة بشرية خلاقة في المجتمع ولذلك يجب أن تتوفر لها كـل الظـروف والإمكانات حتى تستطيع أن تساهم مساهمة فعالة في تقديم المجتمـع ورفاهيتـه (محمد،١٩٧٩هـ :٩)

كما أن عمل المرأة يزيد من دخل الأسرة ويرفع مستواها الاقتصادي وبذلك

تصبح المرأة أيضاً قادرة على أن تكون مسؤولة عن نفسها وأن تعـول أطفالهـا وأهلها إذا لم يكن هناك عائل لهم.(نصيف،١٤٠٣هـ:١٨٠ –١٨٢)

فالمرأة عن طريق اندفاعها إلى العمل تريد أن تثبت لنفسها وللمجتمع كم هي كفء للقيام بدور إيجابي فَعال بدلاً من دورها الأنثوي داخل جـدران المنـزل، فخروجها إلى العمل ودخولها في معترك الحياة .. ساعدها على الـتخلص مـن مشاعر النقص التي عاشتها طويلاً في طفولتها، وإحساسها بأنها أقل مكانه مـن الرجل. فالعمل يعطي للمرأة الإحساس بالأهمية والقيمة والقدرة علـى الإنتـاج. (عبد الفتاح،١٩٧٢م: ٢٦٣).

ولقد أدى اشتغال المرأة إلى إحساسها بالاستقلال وتحسين نظرتها إلى نفسها وجعلها تعيش حياتها بالطريقة التي تفضلها.

كما أن ارتفاع مستوى تعليم المرأة وعملها واشتراكها في الإنفـاق علـى الأسرة صحبه اكتساب مزيد من الحقوق داخل الأسرة، تمثلت فـي مزيـد مـن الإيجابية التي تتضح في مشاركتها في اتخاذ القرارات التي تتصل بها شخصياً أو بزوجها أو بأعضاء الأسرة الآخرين.

تذكر عبد المسيح (١٩٨٦م) أن الدراسات المتعلقة بالمرأة اكتـسبت أهميـة متزايدة في المجتمعات النامية على وجه الخصوص وذلك لأن هذه المجتمعـات تحتاج لكل القدرات المنتجة فيها والتي تمثل المرأة نصفها على الأقل، ومـن ثـم فإن تحرير قدرات هذا النصف وفتح المجالات لأدوار اجتماعية جديدة له يمثـل حجر الزاوية في عملية الإنتاج والتنمية. (عبد المسيح ،١٩٨٦م :٣)

وقد تكون هناك بعض المعوقات التي تحول دون تحقيق أهداف ذلك، ومـن أمثلتها المعوقات الثقافية والنفسية، وتتمثل المعوقات الثقافية أول ما تتمثـل فـي

أسلوب التنشئة وفي هذا تذكر رمزي (١٩٩٩م) إن المجتمع والأسـرة يـشجعان الفتاة على أن تكون رقيقة خجولة مستكينة، حساسة ومطيعة بعكس الفتى. وبصفة عامة يبدأ تقسيم العمل بل السـلوك بين ذكري وأنثوي وهكـذا تواجـه المـرأة بضغوط حضارية منذ ميلادها تسـاهم في تشـكيل نمو شـخـصيتها وتـصوغ عالمها في قوالب جامدة لا تحيد عنها ويصـعب عليها التحرك إلا من خلالهـا. (رمزي،١٩٩٩م :٢١٧).

كما أننا إذا نظرنا إلى موقف المرأة في الحضارة العربية، نجـد إن البنـت مازالت تواجه منذ مولدها بأزمة استقبالها لكونها بنتا وتعاني ضـروب الإهمـال والتفرقة بينها وبين الذكر، فالبنت مازالت تعيش طفولتها على عكس الولـد فـي عالم محدود هو عالم النساء.(عبد الفتاح،١٩٨٠م :٢٢٨ –٢٣٣) كما أن الـسبب في انخفاض طموح البنت عن طموح الولد هو عملية توحد البنت بـالأم القانعـة الراضية بالقليل. إذ أنه من المعروف في العصور الماضية إن دور المرأة الوحيد هو الاستقرار بالمنزل والتزامها بمسؤولياته المختلفة .. ليس لها كيان مـستقل أو رأى خاص أو مبادئه في أي عمل ..، ثم حدث تطور بالنسبة لوضع المرأة وكان أبرز هذا التطور هو خروجها إلى مجال العمل. (عبد الفتاح ،١٩٧٢م: ٢٨٣)

و بالرغم من الاستقلال الاقتصادي الذي حققه العمل للكثيـرات إلا أن هـذا الاستغلال يحمل في طياته ثمناً ضخماً تدفعه المرأة اليوم لتلائم بين أعباء البيـت ورعاية الأطفال من ناحية وبين الخروج للعمل من ناحية أخرى وهـي القـضية المعروفة باسم العمل المزدوج، ومن هنا ظهرت مشكلات الأسرة الحديثة التـي تغير بناؤها عن أسرة الأمس. (عبد المسيح ،١٩٨٦م :١٧)

ولقد خلق خروج المرأة للعمل ردود فعل متباينة لدى المهتمين بقضية عمل المرأة حيث نادى بعضهم بالوقوف في وجه هذا الخروج الكبير والمتسارع للمرأة

بقصد العمل مبيناً ما يترتب على هذا الخروج من آثار سلبية.

في حين نادى الفريق الآخر والمؤيد لخروج المرأة للعمـل بإيجابيـات هـذا الخروج. وفيما يلي تستعرض الباحثة أهم الآثار الإيجابية و السلبية لخروج المرأة إلى العمل.

الآثار الإيجابية لخروج المرأة للعمل :

تذكر عبد الفتاح (١٩٨٠م) عن موري بأن هناك حاجات سيكولوجية ينبغـي على الإنسان تحقيقها لكي يستشعر بالسعادة والرضا من بينها الحاجة إلى التفـوق والتحصيل، الحاجة للشهرة أو التقدير وعلى هذا الأساس فان الحاجة إلى المكانة تعتبر أيضاً من أهم الحاجات –السيكولوجية في حياة الإنسان، فهو يرى إن للمهنة أهمية بالغة من حيث إشباعها لحاجات الإنسان وميوله. فإذا كانت الحاجة للمكانة والترقي في مجال العمل هامة بالنسبة للرجل فهي أشد أهمية بالنسبة للمرأة، وإذا كانت الوظيفة الأولى للمرأة هي الإنجاب إلا أنها وظيفة بيولوجية، أما العمل فهو يعتبر وظيفة اجتماعية هامة. وذات قيمة بالنسبة للمرأة كما للرجل. حيث لا فرق في التكوين النفسي للمرأة والرجل وان وجدت فروق فهي فـروق راجعـة إلـى عمليات التطبيع الاجتماعي، فالشخصية ما هي إلا نتاج لتفاعل الإنسان مع بيئتـه وعلاقات إنسانية. (عبد الفتاح،١٩٨٠م :٢٢٣)

ولقد جعل العمل المرأة تشعر بالرضا عن النفس وبالاسـتقلال الاقتـصادي وفي هذا تذكر عبد المسيح (١٩٨٦م) أن الفائدة الاجتماعية التي تحـصل عليهـا المرأة من العمل لأهم بكثير من الفائدة المادية التي تحصل عليها، فهـي جـديرة بالاحترام والتقدير من الآخرين، كما أنها تستطيع من خلاله أن تثبت قدرتها على

الإنتاج والمشاركة البناءة في المجتمع (عبد المسيح ،١٩٨٦م: ١٠)

كما تذكر عبد الفتاح (١٩٧٢م) إن عمل المرأة الخارجي يربطها بـالمجتمع ويحقق لها أهداف اجتماعية مثل الزمالة والحياة الاجتماعية بدلاً مـن أن تظـل بعيدة عن المجتمع محرومة أو عاجـزة عن المسـاهمة في نـواحي النـشـاط المختلفة ومن هنا تشـعر المرأة بكيانها واحترام الآخرين لها وبأن لها دور هـام في المجتمع لا يمكن الاسـتغناء عن جهوده وقـصـره علـى دائـرة المنـزل الروتينية. (عبد الفتاح، ١٩٧٢م :٢٧٦) وترى هوكستشايلد (١٩٩٤م) "إن معظم النساء الآن ترغب في العمل، سواء أكانت في حاجة إليـه أم لا. وهـذا مبعثـه شعورها بأن عملها حيوي ومهم وممتع ، ويمنحها الاحترام في عيون الآخـرين بما فيهم زوجها. وهذا الإحساس نجده أيضاً بين النساء اللائى يعملن في وظائف منخفضة المستوى". (هوكستشايلد ،١٩٩٤م :٢٩٢)

كما أنه من الملاحظ أن نسبة العاملات سواء في المجتمعـات المتقدمـة أو النامية في زيادة مستمرة سواء كن متزوجات أو غير متزوجات. وقد أثر عمـل المرأة على وضعها النسبي في المجتمع حيث أعطاها نمطا من الاستقلال والحرية لم تكن تتمتع به من قبل الأمر الذي جعل حقوقها وامتيازها تمتد إلـى مجـالات عديدة. (الخولي،١٩٩٩م :١٠٣)

ومن الآثار الإيجابية لعمل المرأة إحساسها بقيمتها وقدرتها وهذا ما أثبتتـه نتائج الدراسة التي قامت بها كاميليا عبد الفتاح (١٩٧٢م) عن دوافع خروج المرأة إلى العمل ونتائجه: حيث أظهرت الاختبارات السوسيومترية والاسقاطية في هـذه الدراسة المبكرة، صورة إيجابية للمرأة في جماعة العمـل، فهـي متفاعلـة فـي الجماعة بينها وبين زميلاتها وزملائها وأن جماعة العمـل قـد حققـت للمـرأة الإحساس الاجتماعي والإحساس بالقيمة والقدرة على تحمل المسؤولية. كما أثبتت

نتائجها إن العمل وخروج المرأة إلى ميادينه المختلفة لـه تـأثير إيجـابي علـى شخصية أبنائها. فالمرأة العاملة تقبل على أطفالها بشوق ولهفة تعوضهم عن الوقت الذي قضته بعيداً عنهم كما إنها تمنحهم الفرصة للتعبير عن أنفـسهم وتـشجيعهم على الاستقلال كما وجد إن إحساس المرأة العاملة بذاتها أكثر نضجا مـن غيـر العاملة ومن هنا فهي تعكس هذا الإحساس الناضج، والإحـساس بالنجـاح علـى أطفالها (عبد الفتاح،١٩٧٢م :٢٥٩- ٢٧٤) وتتفق هذه النتائج مـع مـا ذكرتـه الخولي (١٩٩٩م :٩٩) من أن عمل المرأة يقدم للأطفال فرصة للتعاون والـتعلم في المنزل والاعتماد على النفس.

كما أيد البعض إيجابيـة تعـدد الأدوار لدى المرأة العاملـة تذكـر شـند (٢٠٠٠م: ١٢) أن الكثيرات استطعن أن تجدن في هذا التعدد، تحـدياً لقـدراتهن وإمكاناتهن، فاستطعن التوفيق بين الأدوار والقيام بها بإيجابية خلاقة، وقدرة على تحقيق الذات وتحقيق توافق نفسي.

كما أوضـحت دراسـة قام بها كلاً من مويس، باتيـسون Pattisn, Moyse (1995) أن اهتمام المرأة العاملة بالجانب الوظيفي كان يحقق لها السعادة.

كما أثبتت دراسة والرروث (مذكورة في عبد المسيح ،١٩٨٦م :٢٤) عـن العلاقة بين تقييم المرأة لذاتها وبين نوعية الأدوار التي تقوم بها في الحياة سـواء كان ذلك عن اختيار منها لهذا الدور أو تقوم به اضطراراً الى أن المـرأة التـي اقتصر دورها على كونها ربة منزل .. قد جاء تقييمها لذاتها منخفضا وعبـرت عن مشاعر الاكتئاب وعدم الثقة أما المرأة التي تمارس العمل إلى جانب أدوارها كزوجة وأم وتحمل مسئولية منزلها، فقد كشفت النتائج عن ثقتهـا العاليـة فـي كفاءتها في العمل والمنزل وعن رضا وسعادة بحياتها وزواجها.

وبهذا نجد أن هذه الدراسات جميعها قد اتفقت على تأكيـد إيجابيـة عمـل المرأة.

وعلى الصعيد الأخر نجد آراء و دراسات حاولت أن تبرز الآثـار الـسلبية لعمل المرأة.

الآثار السلبية لعمل المرأة:

يذكر شلبي (د.ت) إن المرأة لم تنل من خروجها للعمل إلا التعب والإرهاق، وأنها لم تتقدم في عملها، ولم تسعد بيتها.. لأنها تقوم بدور مضاعف أكبـر، وأن الأولاد والزوج والأسرة ضاعوا في الطريق بين العمل والبيت، وفي هذا الـصدد تشير الاستطلاعات في الدول المتقدمة والنامية على السواء إلى أن حوالي ٧٧% من النساء يفضلن البقاء في المنزل وعدم العمل إذا ما توفرت لهـن الإمكانيـات المادية، بسبب الضغوط الشديدة التي تتعرض لها المرأة في عملها وفي منزلها.

تقول هوكستشايلد (١٩٩٤م) :

أن الخروج الجماعي للمرأة إلى مجال العمل والكسب لـم يـصاحبه فهـم حضاري لمعنى الزواج والعمل، بحيث يكون كفيلاً بجعل هذا التحول يتم بهـدوء. لقد تغيرت قوى العمل وتغيرت المرأة. ولكن ظلت ظروف العمـل تفتقـر إلـى المرونة اللازمة لمواجهة المتطلبات الأسرية للعاملين، وظل الرجل في البيت غير قادر على التأقلم مع التغييرات التي طرأت على زوجته. (ص٤١)

كما أن خروج المرأة للعمل يعتبر سبباً في نشأة مشكلة عـدم الـتمكن مـن

الحصول على درجة مناسبة من التماسك والاتساق في التوقعات والمتطلبات التي يتوخاها كلا الزوجين فأصبحت هي لا تقدم لزوجها ولأطفالهـا الرعايـة التـي يتوقعها منها وقد لا تجد هي الدعم الذي توقعته من زوجهـا. الخـولي (١٩٩٩م :١٠٣) كما أوضحت نتائج الدراسة التي قام بها بورك، رونالـد Burk,Ronald (مذكورة في المشاط،١٩٩٠م) إن أزواج العاملات كانوا أقل رضا عـن حيـاتهم وأقل أداء عن أزواج غير العاملات ولقد أثبت البحث أن التأثير الإيجـابي لعمـل المرأة قد شكل جانباً سلبياً بالنسبة للرجل المشارك لها في الحياة حيث انعكس على أدائه ورضائه عن حياته.

ولقد اختلط الأمر على الرجل الذي تعود التفرغ لعمله فقط تاركـاً شـؤون الأسرة جميعها لزوجته تديرها، وكان من الطبيعي أن يؤدي ذلك إلى صعوبة أداء المرأة لدورها في الأسرة.

ويقول عبد المسيح (١٩٨٦م):

> أن الزوج في مجتمعنا الشرقي لم يتعود بعد أن يقدم لزوجته العاملة أي نـوع من المساعدة، وله العذر في ذلك لأن الرجل في مجتمعنا لـم ينـشأ علـى أن يساهم في الأعمال المنزلية مهما تكن بسيطة وفي اعتقاده واعتقاد الكثيـرين حوله. أن هذه المساهمة تقلل من شأنه وتهز صورته كرجل .
>
> وبدأت الزوجة نتيجة للمسؤوليات الجديدة التي أصبحت تعاني منها في مطالبة زوجها أن يعاونها في رعاية الأطفال وفي شئون البيت بدعوى العـدل فيمـا بينهما ومن هنا بدأ الخلاف بين الرجل والمرأة حول تقسيم الأعمال المنزليـة بينهما. (١٨)

ولم تقتصر المشكلات على هذا الحد بل تعدتها إلى مشكلات أكثر خطورة تتعلق بتنشئة جيل من الصغار يحتاج إلى رعاية الأم ووجودها الدائم إلى جوارهم.

وهذا ما يدعونا إلى التساؤل إلى أي حد يؤثر غياب الأم لفترات طويلـة خـارج البيت على أطفالها ؟ وهل هناك علاقة بين عمل الأم ومشكلات التكيف أو التنشئة غير السوية للأطفال ؟

أثر عمل الأم على أطفالها هو أحد العوامل الكثيرة التي تشترك لتشكل نمو الطفل، وقد يكون هذا العامل هو أقل العوامل أثرا على الأطفال.

ولقد أوضحت النتائج التي أشارت إليهـا قنـديل (١٩٧٦م) إلـى أن أبنـاء المشتغلات الذين لا تغيب عنهم أمهاتهم مدة طويلة (٥ ساعات فقط) أكثر توافقـا من أبناء غير المشتغلات سواء من حيث التكيف الشخصي أو التكيف الاجتمـاعي أو التكيف العام وأن هذا التكيف أو التوافق يقل لدى أبناء المشتغلات اللاتي يتغيبن عن بيوتهن مدة تزيد عن (٨ ساعات) يومياً بالمقارنة بأبناء غير المشتغلات.

ويشـير عبد المسـيح (١٩٨٦م) أن الدور الاجـتماعي الذي تقوم به المرأة وتعـدد مسـؤولياتها تجـاه البيت والعمل لا يسـاعدها كثـيراً على أن تتفـرغ ذهنياً لمتابعة عملها، لذا أدت مشاكلها داخل البيت وقيامها بـ ـدورها كزوجـ ـة وكـأم إلى الانعكاس على حـ ـياتها كعاملـ ـة وعلـى شـخـصيتها بـصـفة عامة.(عبدالمسـيح،١٩٨٦م: ٢٠)

يذكر آدم (١٩٨٠م) في بحثه عن صراع الدور لـدى المـرأة العاملـة أن الإرهاق الجسمي والنفسي الناتج عن كثرة الأعباء التي تقوم بها المرأة وتعـارض المطالب المتوقعة منها أحياناً كعاملة وكزوجة وكأم يؤدي بها إلى عدم القدرة على أداء أدوارها بكفاءة، بما في ذلك دورها كعاملة...كما ينعكس على أداء وظائفهـا كزوجة وكأم، فالأزواج يتهمون الزوجات بالعنف وبالعصبية الزائدة، سـواء فـي علاقتها بزوجها أوفي تربية الأولاد نتيجة لحالة التعب والإرهاق الذي تعاني منـه

بسبب الجمع بين مسؤوليات العمل داخل المنزل وخارجه. (آدم ،١٩٨٠م)

كما يرى بعض الخبراء، أن عمل المرأة يكسبها اتجاهات، قد تؤثر سلباً على أداء أدوارها كزوجة.

فقد يؤدي شعور المرأة باستقلالها الاقتصادي وبقيمتها في المجتمع إلى قلة اهتمامها بزوجها وأطفالها وذلك نتيجة للمبالغة في نظرتها إلى ذاتها.

وقد تفضل بعض الزوجات عملهن على أداء وظائفهن الأخرى كزوجة وكأم فيبدو تقصيرهن في أداء هذه الوظائف.

كما أوضحت نتائج دراسة (خفاجي،١٤٠٥هـ) أن المرأة العاملة أكثر ميلاً إلى التصلب وعدم المرونة الذي يتمثل في عدم تحمل الغموض واللجوء إلى الاستجابات المتطرفة وعدم التصرف بمرونة إزاء المواقف المتغيرة.

ويذكر آدم (١٩٨٠م) بأن المرأة العاملة حينما تكون متقبلة لذاتها وللآخرين ولديها ثقة بنفسها ، تستطيع أن تتغلب على الصعوبات التي تواجهها في أداء أدوارها، وتكون المواجهة سلبية حينما لا يتوافر للمرأة العاملة مفهوم أيجابي عن ذاتها، أو تضعف ثقتها بنفسها. كذلك تكون المواجهة سلبية مع صغر السن..وحداثة العهد بالإنجاب، فتعاني من القلق على طفلها الصغير الذي ربما أودعته حضانة غير ملائمة أو تركته لدى الأهل.

وتذكر هوكستشايلد (١٩٩٤م) انه نظراً للأعداد الكبيرة من النساء اللاتي دخلن المجال الاقتصادي، فقد تأثرت حياة الأسرة بالسرعة المتزايدة المترتبة على ذلك، فلم يعد هناك متسع من الوقت كما كان عليه الحال في الماضي، عندما كانت المرأة قابعة في المنزل، كما أصبح العمل مضاعفاً وأصبحت النساء تلهث من أجل

استيعاب الإيقاع السريع للحياة ...ومن المحزن للغاية أن نجد المرأة غالباً ما تكون وقود المشاحنات التي تسببها السرعة في العمل وفي حياة الأسـرة.أنهـن بمثابـة (أوغاد) في عملية يكن فيها هن أول الضحايا فمعاناة المرأة تتجاوز ساعات العمل الأطول والسهر المستمر والشعور بالتمزق، وهذا هو أفدح ثمـن تدفعـه النـساء لعملهن هذا. (هوكستشايلد ،١٩٩٤م :٣٣-٣٥)

يذكر شلبي (د.ت) أن سعي المرأة العربية لزيادة هذا الدور جعلهـا تـضر بنفسها ضرراً بالغاً، حيث ضحت براحتها الشخصية التي كانت تتمتـع بهـا فـي المنزل، وكذلك أضرت بأسرتها أولاداً وزوجاً، لأن وقتها أصبح مقسماً بين العمل والبيت فلا هي أتقنت عملها التي حلت محل الرجل فيه، ولا هي راعت أسـرتها حق رعايتها باعتباره دورها الأساسي وكانت بعض الآراء تنادي أيضاً بخطـورة التوسع في توظيف المرأة، ومن مبررات ذلك أن مزاحمة المرأة للرجل في ميدان العمل تقلل من فرص العمل السانحة أمامه.

أن البعض يذهب إلى أن المرأة العربية خسرت الرجل عندما زاحمته فـي فرص العمل حيث أدى ذلك إلى بطالة الرجال، وخاصة من الشباب العربي، ممـا أدى ألي عدول عدد كبير منهم عن الزواج أو تأخير سن الزواج لبعـد سـن ٣٥ بسبب عدم وجود مصدر دخل منتظم لهؤلاء الشباب، وحتى إذا كانت الفتاة العربية تعمل فإنها لا تجد شاباً يعمل ليتزوجها، وأن وجدته فغالبا يكون الزواج في سـن متأخرة.

ويشير بعض الخبراء أيضاً إلى نقطة هامة مؤداها أن مشاركة المـرأة فـي العمل بين الرجال وتحملها مسؤوليات مشابهة يؤدي إلى اكتسابها لصفات الرجال السلوكية (عبد المسيح،١٩٨٦م :٢١).

أن السؤال الأخطر الذي قد يتبادر إلى الذهن الآن هو ما أثـر جميـع هـذه الآثار السلبية لعمل المرأة على توازنها النفسي؟

أثر عمل المرأة وبعض المتغيرات الشخصية لديها على توازنها النفسي وإصابتها بالقلق:

يرى الكثير من المتتبعين لأحوال المرأة العاملة أن صحتها النفسية قد تأثرت تأثرا كبيرا بهذه الآثار السلبية. فكيان المرأة النفسي والجسدي لا يستطيع الصمود أمام كل هذه المهام التي كلفت بها ولم تعهدها من قبل. فـالمرأة العاملـة بكونهـا تعمل، وتساعد زوجها وأسرتها فهي معرضه لإصابتها بالعصاب إلى جانـب مـا تشعر به من أعراض جسدية ونفسية، أكثر من المرأة الأم ربة المنزل المتعلمـة، وغير الموظفة. وذلك نتيجة مصادمتها لتكوينها البيولوجي والنفسي فمن المعروف أن المرأة تتميز بأنها أكثر حساسية من الرجل لذا فأنه لا يمكن للمديرين انتقادهـا دون مراعاة مشاعرها، فهي تأخذ النقد الموضوعي للعمـل علـى أنـه موجـه لشخصها، وهي أكثر عاطفة، ومع مسؤولياتها المزدوجة في المنزل والعمل، فإنها تكون أكثر قلقـا وتـوترا " (البـار،١٤١٢ هــ : ١٩٧؛ كيـال،١٩٨٦م :٨٧ ؛ القاضي،١٩٨٤م :١١١) ومن هنا فأن المرأة تدفع ثمناً باهظاً، لكـي تلائـم بـين عملها وأعبائها المنزليـة كزوجـة وربـة بيـت. وفـي هـذا الـصدد يـشير البار(١٤١٢هـ:١٨٩) إلى تحدث الأطباء في الغرب عن الطوابير الطويلة مـن النساء اللائى يذهبن إلى العيادات ويشكون من صداع وغثيان وآلام وأوجاع فـي الجسم مع أرق في كثير من الأحيان وبفحص هذه الحالات فحصاً جيداً تبين أنهن يعانين من الإرهاق الجسدي والنفسي نتيجة لخروج المرأة إلى العمل.

وقد اشارت نتائج إحدى الدراسات الأمريكية (القاضي،١٩٨٤م :١١١) إلى أن دخول المرأة إلى ميدان العمل كان له تأثير كبير على توازنها النفسي، فالملاحظ أن نسبة كبيرة من النساء العاملات يعانين من التوتر والقلق الناتج عن المسؤوليات الكبيرة على عاتقهن والموزعة ما بين المنزل والزوج والأولاد والعمل، فقد سجلت الإحصاءات الأخيرة أن ٧٦ % من نسبة الأدوية المهدئة تصرف للنساء العاملات.

كما أوضحت نتائج العديد من الدراسات ما تعانيه المرأة العاملة من قلق واضطرابات نفسية أخرى ومن هذه الدراسات دراسة قام بها Stewart (1986) حول ضغوط العمل والقلق والاكتئاب لدى المرأة العاملة أوضحت نتائجها أن ضغوط العمل وشدتها مرتبطة ارتباطا إيجابيا بأعراض القلق والاكتئاب لدى المرأة العاملة وفي دراسة قام بها yeh (1990) حول المرأة العاملة ومشاكل التعارض بين العمل والأسرة اتضح له فيها أن هذا التعارض يعتبر مؤشراً قوياً لحدوث القلق والاكتئاب. وفي دراسة قامت بها روس وآخرون (مذكورة في شند،٢٠٠٠م :١٠٧) عن المرأة العاملة أثبتت نتائجها أن المرأة العاملة تعاني من القلق والاكتئاب بصورة أكبر من ربة المنزل. كما أوضحت دراسة Khanna,Shirali (١٩٨٩) عن توتر الحياة، القلق، والاكتئاب لدى المرأة العاملة أن المرأة العاملة سواء كانت متزوجة أو غير متزوجة هي أكثر تعرضاً لتوتر الحياة والقلق والاكتئاب من غير العاملة. وفي دراسة قامت بها ثويتس، Thoits (مذكورة في هوكستشايلد، ١٩٩٤م :٢٧) عن القلق لدى قطاعين كبيرين اشتمل كل واحد منهما على نحو ألف رجل وامرأة، أثبتت نتائجها أن المرأة العاملة أكثر عرضة من غيرها للإصابة بالقلق.

وقد تناول البعض الأسباب التي قد تفسر تعرض المرأة العاملة للقلق النفسي

بصورة أكبر من غيرها من وجهة نظرهم، حيث يرى البعض أن صراع الـدور لدى المرأة العاملة قد يكون سبباً في ذلك وفي هذا الشأن تذكر الساعاتي (١٩٩٩م) أن المرأة العاملة متزوجة كانت أم غير متزوجة، منجبة كانـت أو غيـر منجبـة تحمل عبئاً آخر، ذلك العبء منحصر في الاهتمام بالدور الثاني أي العمل خـارج البيت. (الساعاتي،١٩٩٩م :٥٧) وفي هذا تؤكد شند (٢٠٠٠م) أن بعض النـساء يفشلن في تحقيق التوازن بين الأدوار المتعـددة ممـا يثيـر لـديهن الـشعور بالصـراع وما قـد يرتبط بهذا من سـوء توافـق أو اضـطراب عـصـابـي (شند،٢٠٠٠م :١٣).

كما أن هناك من يربط وجود القلق لدى المرأة العاملة بشعورها بالـسيادة، وهذا ما أوضحته نتائج دراسة Lombardi,Ulbrich (1997) حيـث اتـضح أن القلق لدى المرأة العاملة قد يأتي من شعورهن بالسيادة.

كما أشار البعض إلى أن متطلبات العمل المتزايدة وضغوط العمل والمكانـة الاجتماعية قد تكون أيضاً سبباً في ازدياد القلق لدى المرأة العاملة.

وهذا ما أوضـحته نتائـج دراسـ ـة Williams, et وليم وآخرون (1997) من أن متطـلبات الوظـيفة الأعلى في المرتبة تزيد من العواطـ ـف الـسـلبية القلق،الغضب،الاكتئاب النفسي) لدى المرأة العاملة.

كما أوضحته نتائج دراسة Yeh (1990) والتي أشارت إلـى أن متطلبـات العمل المتزايدة مرتبطة بشكل إيجابي مع القلق لدى المرأة العاملة.

كما تشير شند (٢٠٠٠م) إلى أن ما يهدد المرأة العاملة هـو تنازلهـا عمـا تصبو إليه من تحقيق نجاح على المستوى الشخصي وقد يكون تنازلها طواعية أو اضطراراً، ولكنه في كلا الحالتين يقلل من تحقيقها لذاتها ورضاها عن نفسها مما

يعرضها إلى القلق. (شند ، ٢٠٠٠م :١٥٩)

ويؤكد البار(١٩٩٢م) أن التكوين الجسدي للمرأة والوظـائف الفـسيولوجية التي تقوم بها تجعلها أقل احتمالاً لأعباء العمل مما قد يؤدي بها بعـد ذلـك إلـى الاضطراب النفسي.

يقول عبيدين (٢٠٠٠م) في محاضرته عن الصحة النفسية للمرأة العاملة أننـا أصبحنا نرى في عملنا العيادي أشكالاً سريريه وصفية لهذه الإشـكاليات تعكـس تناقضات ومصاعب تعانيها المرأة العاملة وقد لاحظنا من خلال عملنـا أن هـذه الأشكال السريرية تأخذ شكل مراحل تزداد شدة بالتدريج وتشير عليها أعـراض وعلامات.

وهكذا يتضح لنا أن الوضع الحالي للمرأة العاملة بما يتضمنه من معوقـات ومشكلات ترتبط بأداء دورها في البيت أو في بيئة العمل قد جعلها أكثر عرضـة للإصابة بعدد من الأمراض النفسية الناتجة عن الضغوط والمـسئوليات الكثيـرة الملقاة على عاتقها. ولذلك يجب العمل على أخذ قرار سريع بعمل بعض التعديلات في البيت أو العمل.

يرى عبيدين (٢٠٠٠م) انه إذا لم يحصل هذا التغيير المطلوب ولـم تنتبـه المرأة للمؤشرات السابقة الذكر واستمرت بالعمل مع استمرار الضغوط سـتدخل بعدها في فترة عدم معاوضة وتدخل في حلقة مفرغة يصعب الخروج منها، فمـن ناحية سينعكس هذا الإرهاق على نمط تعاملاتها الأسرية مسبباً الخلافات الزوجية والمشاحنات وتبدأ بوادر التصدع الأسري الذي يثيـر بـدوره عقـدة الـذنب أو يضخمها إن كانت موجودة أصلا وسرعان ما ينعكس ذلك على مـردود عملهـا وتكثر الراحات المرضية في هذه الفترة مما يزيد من مضايقات العمـل ويـشوه

علاقاته ليزداد الإرهاق بدوره وتستمر الحلقة بالدوران.

وترى الباحثة أن هناك بعض الأسباب التي قد تؤدي إلى ارتفاع درجة القلق لدى المرأة على وجه العموم وقد يؤدي العمل إلى زيادة هذه الدرجة من القلق أو انخفاضها بحسب إيجابياته أو سلبياته لدى المرأة العاملة وتذكر الباحثة هذه الأسباب كما يلي:-

١- **السن:** يعتبر السن أحد العوامل التي قد تزيد من درجة القلق على وجه العموم ولدى المرأة على وجه الخصوص وذلك نظراً لأنها الأكثر تعرضاً للقلق كما أشار إلى ذلك الزراد (١٩٨٤م: ٧٩)

كما حدد البعض مرحلة عمريةً يصل فيها القلق إلى ذروته وهي المرحلة العمريه الممتدة من ٢٠ إلى ٢٦ سنة (عثمان،٢٠٠١م: ٢٩)

وقد أشار البعض إلى أن النساء الأصغر في العمر هم الأكثر تعرضاً للقلق (آدم، ١٩٨٠؛ Brown, Harris، 1993).

٢- **التعليم:** إن تعليم المرأة أكسبها الثقة بنفسها والقدرة على مواجه صعوبات الحياة بشكل إيجابي وذلك نتيجة لاتساع مجال خبرتها واهتماماتها ومهاراتها في مواجهة متغيرات الحياة. وبالمقابل نجد أنه كلما انخفض تعليم المرأة كلما أصبحت غير قادرة على مواجهة هذه الصعوبات بنفس الإيجابية وكلما ارتفع قلقها كما أشار إلى ذلك (آدم، ١٩٨٠م).

٣- **الحالة الاجتماعية:** إن حالة المرأة الاجتماعية قد تكون أحد الأسباب

المؤدية إلى ظهور القلق لديها فالمرأة المتزوجة ونتيجة لمـا تحملـه مـن مسؤوليات وأعباء تجاه أسرتها قد تعاني من القلق وقد أثبتت دراسة قام بهـا رخمان (مذكورة في شند، ٢٠٠٠م) أن المرأة المتزوجة أكثر معاناة نفسية من غير المتزوجة. وبالمقابل نجد المـرأة غيـر المتزوجـة وخـصوصاً فـي مجتمعاتنا العربية قد تعاني أيضاً من القلق نتيجة فقدانها للسند الاجتماعي كما أنها تعاني من عدم تحقيقها لدورها الأنثوي والذي ترى تحقيقه عن طريـق بناء أسرة وإنجاب الأطفال.

وخلاصة القول أنه بالرغم من الإيجابيات والمكاسب التي حققتها المرأة من خروجها للعمل، إلا أنها أثناء ذلك لم تسلم من بعض الآثار السلبية التـي أثـرت عليها وأفقدتها بعضاً من توازنها النفسي وإصابتها بالقلق، ويتأثر ذلك سلباً وإيجاباً بعدة عوامل ومتغيرات من أهمها السن والتعليم والحالـة الاجتماعيـة، كمـا أن التغيرات الحضارية المتسارعة في أي مجتمع قد تسهم في حـدوث القلـق لـدى أفراده، ولعل المجتمع السعودي بما حققه من قفزات حضارية متسارعة ومتباينـة خير مثال على ذلك.

وفيما يلي تناقش الباحثة أثر التغيرات الحضارية المتسارعة فـي المجتمـع السعودي على حدوث نوع من القلق لدى المرأة السعودية العاملة.

القلق لدى المرأة السعودية العاملة :

شهدت المملكة العربية السعودية قفزات سريعة من التطور و التقدم في كثير من نواحي الحياة، وواكب ذلك إقبالاً كبيراً من المرأة على التعليم والعمل حيـث زادت مساهمتها في كافة المجالات واستطاعت أن تثبت كفاءتها وجـدارتها فـي

فترة بسيطة.

وقد ساهم اهتمام الدولة السعودية بالتعليم وانتشاره في دخول المرأة إلى مجال العمل. حيث أدى التحاق الفتاة بجميع مراحل التعليم بما في ذلك مرحلة التعليم العالي في المعاهد والجامعات إلى زيادة نسبة العاملات في المجتمع وبدأت المرأة السعودية تظهر كقوة عمل خصوصاً في ميدان التعليم والصحة وشاركت في الأنشطة الاجتماعية والاقتصادية في البلاد.

وبالرغم من النهضة الحضارية التي حققها هذا التطور السريع والمتلاحق في جميع المجالات إلا أن هذه التغيرات الحضارية السريعة اربكت المرأة السعودية وأشعرتها بالقلق. ولما كانت حديثة عهد بالخروج للعمل، فإن ذلك جعلها أكثر التصاقاً بمجتمعها وتأثراً بقيمه، ولذلك فهي لا تفكر أو تسلك كما تريد بل كما يتوقعه منها المحيطون بها، فهي لا تتحرك إلا في حدود الحرية الممنوحة لها من المجتمع، ومن ثم يكون تهيؤها للصراع النفسي بين الأدوار داخل البيت وخارجه، أي بين الأدوار المفروضة والأدوار المختارة، بين الصورة المأمولة والصورة المحققة وما قد ينتج عن هذا الصراع من قلق.

هذا من ناحية ومن ناحية أخرى قد ينجح المجتمع في إيجاد نمط من النساء يتوافقن مع المعايير السائدة في المجتمع كما تشير إلى ذلك شند (٢٠٠٠: ١٣) فيقبلن القيام بالدور الأنثوي التقليدي داخل البيت ويتقبلن العمل خارجه كضرورة لتحقيق الأمن الاقتصادي، ومن ثم يتعايشن مع الأدوار بقدر كبير من الرضا، بينما قد يوجد نمط آخر من النساء يتحدين المعايير السائدة في المجتمع، بحكم أنه قد يتوافر لديهن قدر من سمات ذاتية معينة يجعلهن يخترن تحقيق الذات مهما كلفهن هذا الاختيار من عناء بدني، أو ضغط نفسي، ومن ثم يكون بمقدرتهن النجاح في تحقيق التوازن بين الأدوار المتعددة، وربما يحدث

عكس ما يتوقعن فيفشلن، وهكذا يتعرضن لمشاعر متناقضة تثير الشعور بالصراع وما قد يرتبط بهذا من سوء توافق أو اضطراب عصابي.

ومما سبق نستطيع القول بأن المرأة السعودية العاملة لا تختلف عن نظيراتها في الدول الأخرى فهي قد تعاني أيضاً من القلق وذلك بسبب التغيرات الحضارية السريعة والمتباينة، كما أنها قد تعاني منه بسبب الضغوط الاعتيادية للعمل كغيرها من العاملات في دول العالم إلا أن الباحثة ترى أن هذه المعاناة تختلف في الدرجة وذلك نتيجة تدخل عدة عوامل قد تخفف كثيراً من هذه المعاناة مقارنـة بمعانـاة غيرها من العاملات في الدول الأخرى، وأهم هذه العوامل باختصار من وجهـة نظر الباحثة ما يلي:- أولاً: إيمانها بمبدأ العمل الصالح وإحراز الأجر والثـواب عليه. ثانياً: تمسك المرأة السعودية بالحجاب والبعد عن الاختلاط حيث يضمن لها ذلك العمل في جو مريح وخالي من المضايقات. ثالثاً: التصاق المرأة الـسعودية العاملة بمجتمعها والمحافظة على قيمه والذي ضمن لها حصولها على رضا هـذا المجتمع وتأييده. رابعاً: حصولها على أجر مادي مقنع ومرضي ومـوازي لمـا تبذله من جهد.

هذه العوامل الأربعة قد تساعد في تخفيف الشعور بالقلق لدى المرأة السعودية العاملة مقارنةً بغيرها من العاملات في الدول الأخرى.

تعقيب:

من خلال استعراض الباحثة لإطارها النظري في الدراسة الحالية استوقفتها إحدى النقاط الهامة والتي تمثل من وجهة نظرها حجر الزاوية لأي ظـاهرة قيـد الدراسة. هذه النقطة هي ثقافة المجتمع الذي نقوم بدراسة الظاهرة فيه. حيـث أن

للثقافة السائدة في أي مجتمع تأثير كبير في مدى تباين وبروز هذه الظاهرة من عدمها.

وبناء على ذلك فأنه من الطبيعي أن تختلف نتائج الدراسات حول أي ظاهرة باختلاف المجتمع الذي قامت فيه هذه الدراسة.

وكما ذكرت الباحثة فيما سبق أنه ليس من الضروري أن تعاني المرأة العاملة في مجتمعنا من القلق بنفس الصورة والدرجة التي تعاني منها المرأة العاملة في المجتمعات الأخرى وذلك نظراً لخصوصية مجتمعنا السعودي وخصوصية الثقافة التي تسوده.

وفيما يلي تعرض الباحثة وجهة نظرها بشكل أكثر توسعاً حول أثر ثقافة المجتمع وبالأخص ثقافة المجتمع السعودي على مدى إصابة أفراده بالقلق النفسي.

القلق وعلاقته بثقافة المجتمع :

يتأثر وضع الأفراد النفسي والاجتماعي في أي مجتمع بالثقافة التي تسوده والوافدة إليه عبر التاريخ. والمرأة في ذلك شأنها شأن الرجل مرتبطة بانتمائها الديني والاجتماعي والاقتصادي والفكري، وتستمد قيمتها ومعناها من السياق التاريخي الاجتماعي .

ويقصد بثقافة المجتمع: الموروث المادي والمعنوي لأي مجتمع ومن المعتاد التمييز بين الثقافة المادية (أي الآلات والخبرة في ميدان الإنتاج وغير ذلك من الثروة المادية)، والثقافة الروحية والتي تتمثل في (الجانب الديني والمنجزات في مجال العلم والفن والأدب، والفلسفة والأخلاق والتربية .. الخ) وتعد الأفكار

التقليدية (المتكونة والمنتقاة تاريخياً) وبخاصة ما كان منها متصلا بـالقيم ، هـي قلب الثقافة.

وتحاول الباحثة في هذا الجزء إعطاء لمحة موجزة عن أثر الثقافة السائدة في المجتمع على الشعور بالقلق لدى المرأة الـسعودية وغيرهـا فـي المجتمعـات الأخرى.

حيث ترى الباحثة أن هناك فروقاً شاسعةً في الإحساس بالقلق لدى كـل مـن المرأة السعودية وغيرها. وينبع ذلك من اختلاف الثقافات في هذه المجتمعات عن ثقافة المجتمع السعودي من عدة نواحي، ومن المعـروف أن ثقافـة أي مجتمـع ترتكز على أربع جوانب وهي كما يلي:-

١- الجانب الديني :

مما لاشك فيه أن القيم الدينية في أي مجتمع تحمي أخلاقيات هـذا المجتمـع وتمنعه من التدهور والتفكك والذي يؤدي بدوره إلى الـشعور بالـضياع والقلـق والخوف لدى أفراده كما أنه يجعلهم أكثر قدرة على تحمل الصعوبات ومواجهتها والسعي إلى الإصلاح والتقدم بنفس راضية في ظل مفهوم مجاهدة النفس والعمل الصالح.

وبنظره سريعة إلى المجتمعات الغربية التي تخلت عن مفهوم الدين وسـعت إلى فصله عن الدنيا نجد تفسيراً واضحاً لما وصلت إليه شعوبها تحـت مـسمى الحضارة من الشعور بعدم الأمن ومعاناتها من العذاب النفسي والشقاء الروحـي والانحلال الخلقي الذي تقاسي منه هذه الأمم اليوم حتى يكاد أن يطغى فيها علـى الإنتاج والرفاء و المتعة. وليكاد يصبغ حياتهم كلها بالنكد والقلق والشقاء وفقـدان

الأمن بكل معانيه.

وبالنظر إلى غالبية المجتمعات الإسلامية والعربية نجدها مازالـت متمـسكة بقيمها الدينية والأخلاقية وبالأخص في المجتمع السعودي والذي بقي محافظاً على قيمه الدينية فخوراً بها، حيث يعتبر المجتمع السعودي مجتمع متدين تقوم الدولـة السعودية فيه بتطبيق الشريعة الإسلامية في كل شئون الحياة وتحرص على نـشر قيمه الدينية والمحافظة عليها.

وترى الباحثة أن هذه القيم الدينية تمثل سياجاً قوياً لحماية معتنقيها من الشعور بالقلق والإحساس بعدم الأمن. وفيما يلي ستلقي الباحثة الضوء بـصورة مـوجزة عن كيفية حماية القيم الدينية في المجتمعات المسلمة لإفرادها من الشعور بـالقلق وتدريبهم على مواجهته.

يأتي الامتثال لأوامر الله في بداية هذه المنظومة من القيم حيث يشعر الإنـسان بالراحة والطمأنينة، يقول الله سبحانه و تعالى﴿ فمن اتبع هداي فـلا يـضل ولا يشقى ومن أعرض عن ذكري فإن له معيشة ضنكا ونحشره يوم القيامة أعمى﴾.

(طه:١٢٤)

كما يعتبر الصـبر والرضا بالقدر من القيم المهمة في مواجهة القلق قال تعالى ﴿قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا﴾ (التوبة:٧١) بل إن الصبر في حد ذاته يعتبـر مؤهلا لدخول الجنة قال تعالى ﴿ أم حسبتم أن تدخلوا الجنة ولما يعلـم الله الـذين جاهدوا منكم ويعلم الصابرين﴾ (آل عمران:١٢٤)

ويأتي مفهوم إسلام الوجه إلى الله ليشعر الإنسان بأنه ليس وحيداً أبداً بل هو مع الله دائماً، فيشعر بالأمن وقت الشدة وبقرب الفرج وقت الكرب قال تعالى﴿وإن

يمسسك الله بضر فلا كاشف له إلا هو وإن يمسسك بخير فهو على كل شيء قدير﴾ (الأنعام:١٧)

كما إن غنى النفس والقناعة أحد القيم المهمة في الإسلام والمحصنة للإنسان من الصراعات النفسية.

والمسلم يعلم بأن الخير هو من عند الله وهو القادر على جعله فرحا له وبالله قال تعالى ﴿ وأنه هو أضحك وأبكى وأنه هو أمات وأحيا﴾

وقد عالج الإسلام موضوع القلق من ثلاثة جوانب كما أشار إليها كوشك (دت:٦٨) تذكرها الباحثة باختصار وهي:

أ- **علاج القلق الناشئ من الخوف بكل أنواعه:** سواء الخوف من الموت قال تعالى ﴿ نحن قدرنا بينكم الموت وما نحن بمسبوقين﴾ (الواقعة:٦٠) فالنفس إذا رجعت إلى خالقها وأرهفت السمع إلى آياته المحكمات عرفت أن الموت علينا حق مهما فررنا منه وبهذا فهي تشعر بالراحة وتستعد للقاء ربها على خير وجه. وقد يكون الخوف من فوات الرزق فيأتي الإسلام مبينا أنه لا معنى لهذا الخوف فالرزق بيد الله يوزعه بحكمة وعدل قال تعالى ﴿ له مقاليد السموات والأرض يبسط الرزق لمن يشاء ويقدر﴾ (الشورى:١٢) وقد يكون من أي نوع من أنواع المخاطر والصعاب.

ب- **علاج اليأس:** هذا اليأس الذي قد يهدد حياة الإنسان بالشلل التام وبالتالي يؤدي إلى تدميرها قال تعالى ﴿ قل يا عبادي الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ﴾ (الزمر:٥٣).

ج- علاج مساوئ الأخلاق والدعوة إلى مكارمهـا : وذلـك لتهـذيب النفـوس البشـرية ومحاربة كل ما يعكر صفو المجتمعـات مـن شـيوع رذائـل الأخلاق التي تزلزل كيانها وتنشر الحقد والكراهية والقلق بين الناس ومن أمثلة ذلك قوله تعالى ﴿إنما يريد الشيطان أن يوقع بينكم العداوة والبغضاء في الخمر والميسر ويصدكم عن ذكر الله وعن الصلاة فهل أنتم منتهـون﴾ (المائدة: ٩١).

وترى الباحثة أن هذه القيم الإسلامية العظيمة وغيرها من التعاليم الإسلامية تمثل منظومة كفيلة بحماية كل من تمسك بها من القلق فلقـد حاربـت مـصادره وسعت إلى القضاء عليه وعلى جميع الاضطرابات النفسية في مهدها.

ومن الطبيعي أن تتأثر المرأة السعودية بهذه القيم الدينية كونها جزء أساسي من ثقافة مجتمعها. وبناء على ذلك فمن الطبيعي أيضاً أن نجدها أقل توتراً وقلقـاً وأكثر راحة وطمأنينة من نظيراتها في المجتمعات الأخرى.

٢-الجانب الاجتماعي :

تؤكد هورني (الساعاتي،١٩٩٩م: ١٠٤) على التأثير المتعاظم للثقافة علـى مفهوم الرجل والمرأة فتذهب إلى حد القول بأن فكرة اعتماد المرأة الشديد علـى زوجها، و إبراز ضعفها، وأن لا حول لها ولا قوة، وأنها دائماً تعيش كنف الذكور ورعايتهم، كل ذلك أساطير من صنع الثقافة وحدها، أي أنها مكتـسبة اجتماعيـاً وليست فطرية، ولا متأصلة في طبيعة المرأة.

وبناء على هذا المفهوم الغربي لعلاقة المرأة بالرجل ترى الباحثة أن انـشغال المرأة في الغرب بالتأكيد على مثل هذه المفاهيم أصبح شـغلها الـشاغل حيـث أصبحت في لهاث مستمر نحو التحرر من سيطرة الرجل ولتحقيق المساواة معـه

لدرجة أفقدتها حريتها الحقيقية ودورها الأساسي كأنثى مما دفع بها فـي غياهـب القلق والأمراض النفسية الأخرى والتي كان سببها شعورها الدائم بالنقص والـذي طالما حاولت الهروب منه، فدخلت ميدان العمل لتأكيد على هـذه المـساواة مـع الرجل في كافة النواحي وسعت وراء استقلاليتها حتى أصبحت تعيش منفردة بعيداً عن عائلتها ومع الوقت انقطع التواصل الاجتماعي وتفكك بنيان الأسرة وعـادت المرأة مرة أخرى تعاني من الشعور بالقلق لشعورها بالوحدة في مجتمع كبيـر لا تستطيع أن تعيش فيه دون العمل المتواصل والمجهد والذي تحاول أن تثبت فيـه أمام الرجل أنها لم تخسر شيئاً.

وبالنظر إلى المرأة في المجتمع السعودي نجد الأمر مختلفاً تمامـاً إلا لـدى البعض ممن تستهويهن الدعوة إلى التحرر المزعوم.

فالمرأة السعودية نشأت في بيئة تسودها ثقافة اجتماعية معينة يحكمها جانبين (الجانب الديني، وجانب العادات والتقاليد) والتي ترى أن للمرأة حقوق كثيرة ومن أهمها أن تُمكن المرأة من ممارسة دورها الأنثوي في الحياة كزوجة وأم ومربيـة للأجيال وهذه الثقافة لا ترى في الدور الأنثوي عيباً أو نقصاً لكي تحاول المـرأة التملص منه بل تعتبر أن قوامة الرجل على المرأة وحمايته لها تكريما لها وزيادة في تقديرها، وبذلك لم تحاول المرأة السعودية والتـي تـأثرت بثقافـة مجتمعهـا الهروب من هذا الدور ولم ترى أن في البعد عن العائلة استقلالاً لهـا، وعنـدما خرجت للعمل لم يكن هدفها محاولة تحقيق مساواة لا معنى لها بين الرجل والمرأة بل كان هدفها تحقيق ذاتها كشخص منتج ومفيد، له مواهبه وقدراتـه، فأشـعرها العمل بمزيد من الإيجابية وحقق لها الرضا عن النفس حيـث رأت أن المجتمـع نظر إليها بعين التقدير والاحترام لمحافظتها على دورها الأساسي كأنثى وعلـى نجاحها من جهة أخرى كامرأة عاملة.

المرأة العاملة في مجتمعنا ترى في تماسك أسرتها هدفاً أولياً لا يطغى عليه أي هدف آخر و لا يحتمل المفاوضة فالتواصل الاجتماعي والتماسك الأسري يعتبر جزءاً لا يتجزأ من ثقافة المجتمع السعودي، وهنا يكمن الفرق فبينما تتخلى المرأة الغربية عن أسرتها في سبيل عملها واستقلاليتها التي تراها الهدف الأول مما قد يشعرها بالذنب فيما بعد، نجد المرأة العاملة في مجتمعنا بمنأى عن هذا الشعور وما يسببه من صراعات نفسية تؤدي إلى القلق وبقية الاضطرابات النفسية.

وهكذا يبدوا الأثر الكبير للبعد الاجتماعي ومفاهيمه في ثقافة أي مجتمع على شعور أفرادها بالصحة النفسية أو العكس.

٣- الجانب الاقتصادي:

تتأثر ثقافة أي مجتمع بالجانب الاقتصادي فيه تأثراً كبيراً فعلى سبيل المثال نجد المجتمع الذي يقوم على نظام الطبقية حيث يتفاوت فيه توزيع الدخول تفاوتاً رهيباً مما يؤدي إلى سيطرة طبقة على أخرى بحيث يصبح هناك حينئذ فئة طاغية من كثرة المال الذي يزيد عن الحد وفئة مطحونة من شدة الفقر وهي تمثل الغالبية العظمى من الشعب وبالتالي يفقد هذا الشعب الحافز على الإنتاج لأنه مهما بذل وتعب فإن الهوة ستظل كبيرة حيث الفقر حركة تراكمية لأسفل والغنى حركة تراكمية لأعلى. وهذا ما يؤدي إلى تدهور البنيان الاجتماعي في الدولة فيفقد الجميع الإحساس بأي نوع من الأمن ويتوغل القلق في نفوسهم. كما تسود المفاهيم المادية والسعي وراء المادة بكل الطرق في المجتمع وتتبنى ثقافة تلك المجتمعات مبدأ الغاية التي تبرر الوسيلة.

وبالنظر إلى المجتمع السعودي نجد أن غالبية أفراده تتمتع بنوع من الرفاهية

والرخاء في الجانب الاقتصادي مما يعني أن خروج المرأة للعمل فـي المجتمـع السعودي لا يعود في أغلب الأحوال إلى الحاجة المادية الملحة بـل إلـى حاجـة المرأة في أن تستغل إمكانياتها المتعددة، وأن تحقق المكانة الاجتماعية، وأن يكون لها مساهمة في دفع عجلة التقدم والنماء في مجتمعها.

وترى الباحثة أن الجانب الاقتصادي لا يمثل مصدراً كبيراً للقلق فـي ثقافـة المجتمع السعودي بل قد يكون مصدر ارتياح لدى الكثير من العاملين حيث يعتبر دخل الأسرة في السعودية دخلاً محترماً يفي بالكثير من الالتزامات.

٤- الجانب الفكري :

تتأثر ثقافة أي مجتمع بالاتجاهات الفكرية التي يتبناها، ولقد سادت في الفترة الماضية موجة من التيارات الفكرية الوافدة والمتأصلة في المجتمعـات الغربيـة وبعض من الدول الإسلامية والعربية ونتج عنها بلبلة فكرية حادة مزقت البنيـان الفكري للشباب، وعانى المجتمع الواحد من تعدد انتماءات أفراده . وكـان أبـرز هذه الاتجاهات الاتجاه الفكري الإسلامي، والغربـي الرأسـمالي، والاشـتراكي، والانفتاحي وقد انعكس ذلك على المجال الواقعي، ومن ثم افتقدت تلك المجتمعات إمكانية توفير النماذج الواجب احتذاؤها. وفي ظل ذلك تميعت القيم والمثل لغياب الإيمان الذي تتخلق عنه هذه القيم والمثل. وافتقد شباب هذه المجتمعات في تلـك المرحلة الحوار المخاص الصريح الذي يسهم في خلـق إيمـان يقـود المـسيرة وأفرزت هذه المرحلة مرحلة أخرى تميزت بالسلبية والرفض لكل شيء والهروب من هذه المجتمعات. هذه المعاناة الفكرية أدت إلى تأسيس نوع من التـسيب أدى في النهاية إلى اهتزاز ملامح الشخص في تلك المجتمعات ووقوعه فـي بـراثن القلق والاضطرابات النفسية الأخرى. فالشباب ذكوراً وإناثاً، يحتاج إلى وجود فكر موحد وصريح والى إيمان واضح ومحدد المعالم بالقيم التي يرتـضيها المجتمـع

ويستوعبها الشباب. لأن ذلك يحميه من الحياة في مناخ البلبلة التي قد تسلمه إلـى خيارات غير ملائمة لتحقيق ذلك. هذه الاتجاهات الفكرية تصوغ ثقافة المجتمـع وتشكلها في قالب معين.

ولقد ساد الاتجاه الفكري الإسلامي ثقافة المجتمع السعودي في الغالب. هذه السيادة الفكرية الموحدة حققت لكثير من شـبابها اسـتقراراً فكريـاً و أشـعرته بالطمأنينة و وحدة الانتماء.

وترى الباحثة أن هذه الجوانب الأربعة التي تصوغ ثقافة أي مجتمع تبرز لنا مدى الفروق بين المجتمعات في مدى معاناتها من أي ظاهرة، حيث تختلف معاناة الشعوب من مجتمع لأخر بحسب الثقافة السائدة فيها.

وهذا ما يدعو الباحثة إلى القول بعبثية النقل الساذج عـن الأطـر النظريـة المختلفة وتبنيها بصورة مطلقة دون مراعاة خصوصية ثقافة كـل مجتمـع عـن الأخر.

ثانياً: الدراسات السابقة

لقد أدى خروج المرأة إلى العمل المنظم الذي تتقاضى أجراً عنه إلـى تعـدد الدراسات التي تناولت عملها وأثاره الموجبة أو السالبة عليها وعلى أفراد عائلتها، كما تناولت علاقة هذا العمل بتوازنها النفسي، إلا أنه من الملاحظ قلة تناول هـذا الموضوع في دراساتنا المحلية. ولقد أدركت الباحثة أن عليها وضع تصور مسبق تستهدي به عند عرضها للدراسات السابقة والتي تناولت العلاقة بين عمل المـرأة والقلق وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات. وذلك وفقاً للتقسيم التالي:

١- دراسات تناولت موضوع القلق لدى المرأة العاملة.
٢- دراسات تناولت الفروق في القلق بين المرأة العاملة وغيرها.
٣- دراسات تناولت العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات (العمر- التعليم- الحالة الاجتماعية) لدى المرأة العاملة وغيرها.

ولقد حرصت الباحثة على رصد هذه الدراسات لأنها في مجملها تلقي الضوء وتشكل صلب الدراسة الحالية بجميع جوانبها وتشكل تجارب سابقة يمكن الاعتماد عليها ومقارنة نتائجها بنتائج هذه الدراسة.

(١) دراسات تناولت موضوع القلق لدى المرأة العاملة:

ركزت بعض الدراسات على موضوع القلق لدى المرأة العاملة بينمـا لـم تركز الدراسات الأخرى على متغير القلق فقط بل ربطته بمتغير آخر. ومن هـذه الدراسـات دراسـة سـتيوارت Stewart (1986) والتي بينت علاقة نوع العمل ومتطـلباته بالقلق و كانت بعنوان دراسة وصـفية حول ضـغوط العمل والقلـق والاكتئاب لدى العاملات .

وكان هدف الدراسة هو تحديد ما إذا كانت درجة شدة ضـغوط العمـل ذات علاقة بوجود القلق والاكتئاب لديهن. وتكونت العينة من ٧٥ امرأة عاملـة قمـن بإكمال استمارات الدراسة الثلاثة وهي :

١- مقياس دور العائلة وضغط العمل
٢- مقياس سمة وحالة القلق
٣- مقياس بيك للاكتئاب

وقد بينت المعطيات بأن درجة شدة ضغوط العمل على هـؤلاء الـسيدات كانت مرتبطة إيجابياً بأعراض القلق والاكتئاب لديهن. كما أن الـدرجات علـى مقياس دور العائلة وضغط العمل كانت مرتبطة إيجابياً مع درجات مقياس سـمة وحالة القلق ومقياس بيك للاكتئاب أيضاً.

كما أجرى يه Yeh (١٩٩٠) دراسة بعنوان أثـر نوعيـة العمـل ومـشاكل التعارض بين العمل والأسرة وعلى التأقلم مع القلـق والاكتئـاب لـدى النـساء العاملات.

حيث تكونت العينة من ٧٢١ امرأة عاملة بوقت كامل تم اختيـارهن بـشكل عشوائي وكانت أدوات الدراسة هي : تقرير الـسيرة الذاتيـة، ومقيـاس القلـق والاكتئاب الذاتي، واستمارة أسئلة طبيعة العمل، ومقياس ضغوط الحياة، ومقيـاس

أسلوب التأقلم.

ولقد تم تحليل المعطيات باستعمال التحليـل العـاملي والارتبـاط المحـوري. والتحليل التراجعي العاملي واختبارات نوفا. وقد بينت النتائج ما يلي :

١- الاستقلالية بالعمل ووسائل الدعم كانت مرتبطة بشكل سلبي مع القلق والاكتئاب بينما طلبات العمل المتزايدة كانت مرتبطة بشكل إيجابي معها .

٢- كل ما يتعلق بطبيعة العمل والتعارض بين العمل والعائلـة وعوامـل التـأقلم مجتمعة كانت قادرة على تفسير ٢٧ ./. فقط من الاختلافات فـي مـستوى الاكتئاب و٢٤./. من اختلافات القلق.

٣- المؤشر الذي ينبئ بإمكانية حصول قلق هو التعارض بين العمل ومتطلبـات الأسرة. ولكن أيضاً طبيعة العمل أي المتطلبات المتزايدة.

٤- العلاقة بين متغيرات مثل (العمل بنظام النوبات – مكان العمل أسباب العمل – عمر الولد الأصغر) والاكتئاب والقلق كانت ذات ارتبـاط إيجـابي ودلالـة إحصائية.

كما أجرى وليم وآخرون Williams (1997) دراسة بعنوان" ربـط الوظيفـة بالحالة النفسية لعينة من السيدات العاملات ".

حيث تمت دراسة العامل المرتبط بالوساطة بين الصحة والـضغط النفـسي، وتلك العوامل التي تزيد من حدة الخوف من الضغوطات النفسية وخاصة عنـدما يرتفع المستوى الوظيفي لدى السيدات العاملات.

قياسات العلاقة بين الوظيفة والخوف من الضغط النفسي تم الحصول عليهـا

من خلال ١٥٢ سيدة عاملة. النتائج أوضحت إن متطلبات الوظيفة الأعلـى فـي المرتبة يتطلب الحذر من عوامل لها تأثيرها على الضغط النفسي لـدى الـسيدات والتي تزيد من العواطف السلبية (القلق- الغضب – الاكتئاب النفسي) وتم قيـاس أثر العمل الأعلى في المرتبة على الإحساس بالضغط والاكتئاب وتـم ملاحظـة وجود عناقيد من الاضطرابات فيما يخص هذا النوع من السيدات العاملات.

ومن الدراسات العربية والتي ربطت القلق بمتغير آخـر دراسـة العنـزي (١٤٠٦هـ) وتدور حول (القلق وعلاقته بالتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية بالكويت)

وقد تكونت العينة من ٣٠٠ معلم ومعلمة يعملون فـي المرحلـة الابتدائيـة بالكويت وتتراوح أعمارهم بين ٢٠ ألي ٣٢سنة.

وكانت الأدوات المستخدمة في هذا البحث كالتالي (مقياس القلق الصريح – استفتاء التوافق المهني)

وكانت أهم نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية سالبة بـين القلـق والتوافـق المهني، كما أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحـصائية بـين المعلمـين والمعلمات في درجة القلق لصالح المعلمات.

كما أجرت شند (٢٠٠٠م) دراسة بعنوان الاضطرابات العـصابية (القلـق، والاكتئاب، وسوء التوافق) وعلاقته بصراع الأدوار لدى المرأة العاملة.

حيث تكونت العينة من٤٠٠ امرأة عاملة من جهات مختلفة، وكانـت أدوات الدراسة هي ١- مقياس القلق ٢-مقياس الاكتئاب من تصميم الباحثة ٣- مقيـاس صراع الأدوار من إعداد محمد سلامة آدم، اختبار التوافق للراشدين إعداد هيوم.

وقد أشارت النتائج إلى وجود ارتباط جوهري موجـب دال بـين درجـات الأمهات العاملات على مقياس القلق ودرجاتهن على مقياس صراع الأدوار.

ومن خلال ما تقدم من الدراسات السابقة نجد أن هناك الكثير من الدراسـات التي اهتمت بموضوع القلق لدى المرأة العاملة وبينت تأثير كل من ضغوط العمل ونوعه ومتطلباته عليها وذلك كما في دراسة (ستيوارت Stewart ،1986 ; شـانغ Chang ،1990 ; Williams ،1997) كما يتضح أن ارتفاع مستوى القلـق لـدى المرأة يرتبط بصراع الدور وسوء التوافق المهني لديها وذلك كمـا فـي دراسـة (العنزي،١٤٠٦هـ؛ شند،٢٠٠٠م).

(٢) دراسات تناولت الفروق في القلق بين المرأة العاملـة وغيرها:

تناولت العديد من الدراسات موضوع القلق بشكل مقارن بين المرأة العاملـة وغيرها.

ومن هذه الدراسات أجرت بوتس potts ١٩٧٩م دراسة حول (العلاقة بـين عمل المرأة ومعاناتها النفسية) وتكونت العينة من ٢١٢ سيدة عاملة وغير عاملة، وكانت أهم أدوات الدراسة دليل لانجنر ويتضمن ٢٢ بندا تقيس درجة الأعـراض المرضية التي تشير إلى وجود ضرر أو نقص في الشخصية. وكانت مـن أهـم النتائج وجود علاقة بين عمل المرأة ومعاناتها النفسية. (شند،٢٠٠٠: ١٠٣)

كما أجرت كل من ليلي، جيمس Lilly, James (1980) دراسة حـول أثـر القلق على الأمهات مع الاختلاف في الوضع الوظيفي.

وطبقت هذه الدراسة على ٣٤٥ امرأة عاملة وغير عاملـة فـي عمـر(٣٤) لمعرفة هل القلق متصل بعملية التوظيف.

ودلت النتائج على وجود مستوى أعلى من القلق لدى العاملات إذا ما قورنوا بمن لا يعملان.

واتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة خانا وشـيرالي Khanna,Sirali (1989) والتي كانت بعنوان توتر الحياة، والقلق والاكتئاب لدى نساء عاملات.

حيث تكونت العينة من ٢٢٠ امرأة عاملة و١٨٦ امرأة غير عاملة كلهن فـي أعمار (٢٥-٣٥). وكانت الأدوات المستخدمة:

- مقياس ضغوط الحياة
- مقياس سمة وحالة القلق
- قائمة بيك للاكتئاب .

وأظهرت النتائج أن العاملات سواء كن متزوجات أو غير متزوجات كـانوا الأكثر تعرضاً لتوتر الحياة والقلق من غير العاملات.

وتأتي نتائج دراسة بيديكور وسوزان Peddicord, Suzanne (1991) في نفس الاتجاه حيث قاما بدراسة بعنوان مقارنة بين النساء الحوامـل العـاملات وغيـر العاملات من ناحية - الضغوط – القلـق – الاكتئـاب –تقـديم الـذات والـدعم الاجتماعي.

وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٥ امرأة من الطبقة الوسـطى .حوامـل بـين الأسبوع ٢٨ والأسبوع ٤٠ والعينة مأخوذة من مراكز تحضير الولادة.

وقد طبقت على العينات عدة استمارات قياس من نمط التطبيق الـذاتي مثـل مقياس تايلور للقلق، مقياس روزنبرج لتقدير الذات، ومقياس مركـز الدراسـات الإحصائية على الاكتئاب، ومقياس السمة والحالة لسبيلبرجر، ومقياس العلاقـات الشخصية، وعدة أسئلة إحصائية ومتعلقة بالصحة العامة.

وكان من أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النـساء الحوامـل العاملات وغير العاملات. فالنساء العاملات كانت لديهن نتائج عالية مـن ناحيـة الضغوط والقلق والاكتئاب.

ولقـد اختلفـت هذه النتائـج مع نتائـج دراسـة مخـوبادياي، دوانجـي Mukhopadhyay, Dewaanji (١٩٩٣) والتي كانـت بعنـوان حـالات العمـل ومستوى القلق لأمهات متعلمات.

وقد هدفت الدراسة إلي عمل تقييم لتأثير العمل خارج المنـزل علـى المـرأة العاملة وأثر ذلك على الصحة النفسية.

تكونت العينة من ٩٤ أم عاملة (٢٥-٥٠عاما) تم مقارنتهم بمجموعة من ٩٤ امرأة غير عاملة في مدينة كالكتا وذلك لقياس مستوى القلق عندهم.

وقد دلت النتائج على عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين في مستوى القلق.

كما اختلفت هذه النتـائج عن نتائـج دراسـة مخـوبادياي Mukhopadhyay (1996) والتي كانت بعنوان مستوى القلق وتغيره المؤقت فيما يخـص الأمهـات العاملات.

تمت فيها مقارنة مجموعتين من الأمهات العاملات وغير العاملات في مدينة كالكتا بالهند وأوضحت النتائج أنه كان يوجد ٤ من أدنى العينات لـ٢٥ امرأة تـم

دراستها مرتين (١٩٨٧-١٩٩٢) والمستوى النفسي قد تم قياسه لكل واحده وقد بينت النتائج أنه يوجد ميل عام لقلق نفسي عالي عند من لا يعملن بمقارنتهن بمن يعملن.

كما قامت ثويتس Thoits ١٩٨٥م بدراسة مقارنة مع اختلاف الجنس في دور موضوعها حول القلق، حيث قامت بعمل مسح لقطاعين كبيرين اشتمل كل واحد منهما على نحو ١٠٠٠ رجل وامرأة، وكان السؤال الموجه إليهم عن مدى ما تعرضوا له خلال الأسبوع السابق من أعراض القلق البالغ وكان عددها ثلاثة وعشرون (مثل الدوار والهلوسة) وطبقا لمعايير الباحثين، ثبت أن المرأة العاملة أكثر عرضة من غيرها للإصابة بالقلق. (مذكورة في هوكستشايلد،١٩٩٤م:٢٧)

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة والمتعلقة بالمقارنة بين المرأة العاملة وغيرها في مستوى القلق النفسي، يتضح مدى التناقض في نتائج هذه الدراسات، حيث بينت نتائج دراسة (ليلي، جيمس ، Lilly, James 1981؛ خانا وشيرالي Khanna,Sirali , 1989؛ بديكور وسوزان، Suzann ,Peddicord , 1991) وجود مستوى أعلى للقلق لدى العاملات بينما أثبتت نتائج دراسة مخوبادي Mukhopadhyay (1996) العكس أي أن غير العاملات كن أكثر قلقاً، في حين بينت دراسة مخوبادي وداونجي Dewaanji ,Mukhopadhyay (١٩٩٣) عدم وجود فروق دالة في مستوى القلق لدى العاملات وغيرهن.

(٣) دراسات تناولت القلق وعلاقتـه بـبعض المتغيـرات (العمر- التعليم- الحالة الاجتماعية) لدى المرأة العاملـة وغيرها:

تناولت بعض الدراسات العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات لدى العـاملات وغيرهن. حيث أثبتت نتائج البعض منها وجود علاقة بين القلق وهذه المتغيرات، في حين لم تجد نتائج الدراسات الأخرى أي علاقة بين هذه المتغيرات والقلق.

ومن الدراسات التي وجدت علاقة بين القلق ومتغير العمر دراسة قام بها كل من براون، هارس Brown, Harris (1993) بعنوان عمل تحليل للقلق والاعـتلال النفسي والاكتئاب عند سكان المدن.

حيث تكونت العينة من ٤٠٤ من سكان المدن وكانت من النـساء العـاملات وعينة من الأمهات. وقد استخدم نوعين من التشخصيات التي استخدمت في جامعة بيدفورد لكي توضح سبب الاعتلال النفسي عند هؤلاء.

وقد تمت كل القياسات عن طريق إجراء المقابلات مع هـؤلاء الأشـخاص والدراسة قد عكست نسب عالية لانتشار الاعتلال النفسي والقلق. وتلـك النـسب ظهرت في خط يبين تلك الاعتلالات النفسية والقلق النفسي والاضطراب.

وقد أظهرت النتائج أن الأصغر سناً كانوا أكثر وأسرع تأثراً بالقلق النفـسي، في حين كان ضبط الكبار في التعامل مع هذا الاضطراب النفسي أكبر.

كما اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة آدم (١٩٨٠م) والتـي كانـت بعنوان"دراسة نفسية اجتماعية لتصور المرأة العاملة لدورها الاجتماعي في ضوء

بعض سمات شخصيتها.

حيث تكونت عينة البحث من ١٢٤ امرأة تتوزع بين عـاملات فـي مهـن تعليمية- إداريات وكتابيات وممرضات وصحفيات ومهندسات. كما تراوح سنهن ما بين ٢٥-٤٠ سنة وهي فترة الخصوبة لدى المرأة والتي تكون فيهـا مـشغولة بتربية الأولاد إلى جانب العمل. كما تضمن متغير التعليم ثلاث فئـات هـي فئـة التعليم المتوسط،التعليم الجامعي ، التعليم فوق الجامعي.

وكانت الأدوات المستخدمة هي(مقياس صراع الأدوار لدى المرأة العاملة- اختبار مفهوم الذات للكبار – مقياس الثقة بالنفس)

وكانت من أهم ما توصلت إليه نتائج هذا الدراسة والمرتبطة بدراستنا الحالية أن المرأة كلما كانت أصغر سناً وأقل تعليماً كانت أكثر قلقاً.

ومن الدراسات التي وجدت علاقة بين متغير القلق والتعليم دراسة قام بها كل من بين، ولفمان Bean, Wolfman عام ١٩٧٩م بعنوان "هل المرأة الفائقة Super حقيقة أم أسطورة"

وقد تكونت عينة الدراسة من ٦٨ امرأة من الإداريات الممتازات ممن يصدق عليهن تعبير المرأة الفائقة وهن من الجامعيات، وقد أشرن إلى أنهن تغلبن علـى القلق، الضغوط النفسية، التوتر، ومشكلة تنظيم الوقت. وقد توصلت الدراسة إلى أن المرأة الأعلى تعليماً أقل قلقاً. (مذكورة في شند،٢٠٠٠م:١٠٤)

ومن الدراسات التي بينت وجود علاقة بين متغير القلق والحالة الاجتماعيـة دراسة رخمان Richmanعام ١٩٨٠م والتي كانـت بعنـوان "المـرأة العاملـة ومعاناتها النفسية (القلق والاكتئاب) والجسمية بالمقارنة بربة المنزل من خـلال

بعض المتغيرات ومنها الحالة الزواجية" حيث كان مـن أهـم نتائجهـا المتعلقـة بموضوع البحث الحالي هي أن العاملات المتزوجات كن أكثر معاناة نفسية مـن غير المتزوجات.(المصدر السابق:١٠٤)

ومن الدراسات التي لم تجد علاقة دالة بين القلق وبعض المتغيـرات دراسـة ريد Reed عام ١٩٧٩م والتي كانت بعنوان المرأة العاملة، التوحد مـع الـدور-الجنس، والقلق والاكتئاب والعدوانية وبعض المتغيرات الديموغرافيـة (المهنـة، الحالة الزواجية، العمر، مستوى التعليم، الرضا عن العمل، الرضا، عن المنزل).

وقد تكونت العينة من ٣٣٥ امرأة عاملة، وقد استخدمت مجموعة أدوات هي:

-استفتاء معلومات ديموجرافية
-استبيان الدور-الجنس (وضع بيم)
-قائمة وصفية للصفات الوجدانية

وكانت من أهم النتـائج المرتبطة بالدراسة الحالية عدم وجود علاقـة بـين الحالة النفـسية للمـرأة العاملـة (القلـق، الاكتئـاب، العدوانيـة) والمتغيـرات الديموغرافية.(مذكورة في شند ،٢٠٠٠م :١١٠)

ومن الدراسات التي لم تجد علاقة بين متغير القلق والتعلـيم دراسـة روس وآخرون ١٩٨٣م والتي كانت بعنوان "مستويات المعاناة النفـسية لـدى النـساء والرجال".

وتكونت العينة من٣٢٠ سيدة ورجل من مستويات تعليمية مختلفة.

وشملت أدوات الدراسة: استمارة لجمع المعلومـات -٨ بنـود مـن دليـل لانجنر(الضيق النفسي)– دليل الرضا الزواجي- تقارير ذاتية أخرى.

وكانت من أهم النتائج أن المرأة العاملة تعاني من الضيق النفـسي بـصورة أكبر من الرجال ومن ربات البيـوت ولا فـرق فـي ذلـك عنـد أي مـستوى تعليمي.(المصدر السابق:١٠٦)

ومن الدراسات التي بينت عدم وجود علاقـة بـين متغيـر القلـق والحالـة الاجتماعية دراسة قامت بها الصبحي (١٤٢٠هـ) بعنوان الرضا الوظيفي والقلق لدى معلمات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة .

كان الهدف من هذا البحث معرفة الفروق بين معلمـات المـدارس الأهليـة والحكومية في الرضا الوظيفي والقلق العام والعلاقة بين هذين المتغيـرين وفـق المتغيرات التالية :الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الخبرة في التدريس.

وقد تكونت العينة من (١٠٨) معلمة سعودية عملن بمهنة التـدريس للمرحلـة المتوسطة (٩٠) في القطاع الحكومي (١٨) في القطاع الأهلي.

كما كانت أدوات الدراسة مكونة من:

١- مقياس الرضا الوظيفي ترجمة وإعداد العديلي.

٢- مقياس القلق العام للراشدين إعداد جمل الليل .

وكانت أهم النتائج تشير إلى وجود علاقة سالبة بين الرضا الوظيفي والقلـق العام لدى أفراد عينة الدراسة كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في القلق العام لدى معلمات المرحلـة المتوسطة.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة والتي تناولت العلاقـة بـين القلـق

وبعض المتغيرات. نجد تناقضاً كبيراً بين نتائج هذه الدراسات، فالبعض منها أثبت وجود علاقة بين متغير القلـق وبعـض المتغيـرات (العمـر، التعلـيم، الحالـة الاجتماعية) كما في دراسة بين و ولفمان ١٩٧٩م ورخمـان١٩٨٠م (مـذكورتان بشند،٢٠٠٠) ودراسة (Harris, Brown، 1993; آدم ١٩٨٠) في حين لـم تجـد الدراسات الأخرى علاقة دالة بين القلق وبين هذه المتغيرات كما في دراسة ريـد ١٩٧٩م و روس ١٩٩٣م (مـــذكورتان فـــي شـــند،٢٠٠٠) ودراســـة الصبحي،١٤٢٠هـ .

التعليق على الدراسات السابقة

من خلال استعراض الباحثة للدراسات السابقة تبين لها أنها تشترك جميعهـا في نقطة معينة وهي الاهتمام بموضوع القلق وعلاقته بعمل المرأة .

إلا أن نتائج هذه الدراسات تناقضت فيما بينها، حيث وجدت بعض الدراسات أن المرأة العاملة أكثر تعرضاً للقلق النفسـي من غيرها وذلك كما في دراسـة كل من (ليلي، جيمس ، Lilly, James 1981؛ خانـا وشـيرالي Khanna,Sirali , 1989؛ بديكور وسوزان، Suzann, Peddicord , 1991) إلا أن بعض الدراسـات اختلفت معها في هذه النتيجة حيث وجد ميل لقلق عالي لدى من لا يعملن كما في دراسة (Mukhopadhyay,1996) كما أوضحت نتيجة دراسة مخوبادي وآخرون (Mukhopadhyay.et al.,1993) عدم وجود فروق داله في مـستوى القلـق بـين العاملات وغير العاملات.

ولم تركز بعض هذه الدراسات على متغير القلق فقط بل ربطته بمتغير آخـر كما في دراسة (العنزي،١٤٠٦هـ ؛ الصبحي،١٤٢٠هـ).

كما أن بعض هذه الدراسات استخدمت منهج المقارنة ولكن مع اختلاف الجنس كما في دراسة (العنزي،١٤٠٦هـ ؛ ثويتس، ١٩٨٥م).

أما من ناحية متغيرات السن والتعليم والحالة الاجتماعية فقد اختلفت النتائج فبينما تؤكد دراسة ريد(مذكور في شند، ٢٠٠٠م) أنه لا توجد علاقة بين القلق والمتغيرات الديموجرافية (العمر-مستوى التعليم – الحالة الزواجية) أوضحت نتائج دراسة براون هارس Bron , Harris (1993) ودراسة آدم (١٩٨٠م) أن الصغار في السن يتأثرون بشكل أسرع من القلق النفسي وأن الكبيرات في السن أقدر على مواجهة القلق.

وفي حين أثبتت دراسة بين و ولفمان (شند، ٢٠٠٠م) أن الأعلى تعليماً أقل قلقاً بينت دراسة روس (شند، ٢٠٠٠) أن التعليم لا يعد متغيراً حاسماً في تشكيل القلق.

وفي حين أثبتت دراسة الصبحي (١٤٢٠هـ) أنه لا توجد فروق بين المتزوجات وغير المتزوجات في القلق أكدت دراسة ريخمان (مذكور في شند، ٢٠٠٠م) أن المتزوجات أكثر معاناة نفسية من غير المتزوجات .

ومن الواضح أن هذا التناقض في نتائج الدراسات السابقة مازال يعطي مبرراً لإجراء المزيد من الدراسات في هذا المجال وبالأخص إذا علمنا عدد الدراسات المحدود في المجتمع السعودي- في حدود علم الباحثة – ولذلك كان توجه الدراسة الحالية لدراسة هذا الموضوع .

كما يتضح لنا أن بعض هذه الدراسات تشترك مع دراستنا الحالية في نقاط أهمها :

- الاهتمام بموضوع المرأة العاملة
- استخدام بعض هذه الدراسات الأجنبية منهج المقارنة بين المرأة العاملة وغير العاملة وهذا ما تتبعه دراستنا الحالية .
- اهتمت بعض هذه الدراسات بالمتغيرات الديموغرافية كالسن والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وهو ما تهتم به أيضاً دراستنا الحالية .
- اهتمت العديد من هذه الدراسات بمتغير القلق النفسي واحتمال إصابة المرأة العاملة به من جراء خروجها للعمل وهذا ما تهتم به دراستنا الحالية.
- اختيرت المرأة العاملة في (التعليم) كمجتمع لعينة الدراسة في دراسة كل من (العنزي،١٤٠٦؛ الصبحي، ١٤٢٠هـ) وكذلك تم اختيارها في عينة الدراسة الحالية كعينة لمجموعة العاملات.
- واختلفت دراستنا الحالية عن جميع الدراسات السابقة في استخدامها لمقياس الطائف للقلق النفسي.
- كما اختلفت الدراسة الحالية عن سابقاتها العربية في أنها سوف تقارن بين العاملات (بمهنة التعليم) في جميع المراحل وغير العاملات في حين اقتصرت (الصبحي،١٤٢٠هـ) على المعلمات بالمرحلة المتوسطة الحكومية والأهلية و تمت المقارنة في دراسة (العنزي،١٤٠٦هـ) بحسب اختلاف الجنس .

فروض الدراسة

من خلال الاطلاع على أدبيات البحث ذات العلاقة بمتغيرات دراستنا الحالية وفي ضوء مشكلة البحث وتساؤلاته صاغت الباحثة فروض الدراسة على النحـو التالي:-

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق بين المـرأة العاملـة بمهنة (التعليم) وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق لدى المرأة العاملـة بمهنة (التعليم) بمدينة مكة المكرمة تبعاً للمرحلة الدراسية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً للسن لدى المرأة العاملة وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً للمؤهل الدراسي لدى المرأة العاملة وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة.
- لا توجـد فـروق ذات دلالة إحصـائية في متوسط درجة القلـق تبعاً للحـالة الاجتماعية(متزوجة – غير متزوجة) لدى المرأة العاملة وغير العاملة بمدينة مكة المكرمة.

الفصل الثالث

أولاً: منهج الدراسة

ثانيا: مجتمع وعينة الدراسة

ثالثا: أدوات الدراسة

رابعا: إجراءات التطبيق

خامسا: الطرق الإحصائية المتبعة

منهج وإجراءات الدراسة

أولاً:منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج (الوصفي) للإجابة على تساؤلات بحثهـا المتعلقـة بالفروق بين المرأة العاملة وغير العاملة في درجات القلق، وأيضا لتحديد الفروق بينهما وفقاً للمتغيرات الأخرى السن، التعليم، الحالة الاجتماعية، ويأتي اسـتخدام هذا المنهج الوصفي كونه المنهج المناسب للاستخدام عند المقارنة بين المجموعات المنفصلة التي تختلف في متغير أو أكثر، وذلك في محاولة لتحديد الفروق بين هذه المجموعات في متغيرات أخرى والمتغير المقاس في هذه الدراسة هو درجة القلق. ومن الجدير بالذكر أن هذا المنهج يوفر فهماً عن العلاقة بين عمل المرأة والقلـق لديها، إلا أن العلاقة السببية تبقى علاقة احتمالية، إذ لا يمكن من خلال هذا المنهج تأكيد وجود العلاقة السببية الموجهة.

ثانياً: مجتمع الدراسة وعينتها:

كما سبقت الإشارة فان حدود هذه الدراسة المكانية تتحدد بمدينة مكة المكرمة وحيث تكونت عينة الدراسة من (العاملات بمهنة التعليم وغير العاملات) فـإنهن يتوزعن داخل مجتمع الدراسة، حيث يبلغ عدد العاملات بمهنة التعليم فـي مكـة المكرمة (٦١٣٩) معلمة.

مواصفات العينة:

تكونت العينة من (٣٠٠) امرأة يتوزعن على النحو التالي: (١٥٠) امرأة عاملة بمهنة التعليم و (١٥٠) امرأة غير عاملة، ولقد تم في اختيار العينة مراعاة ما يلي:

١- السن: تم اختيار الباحثة أفراد العينة من العاملات وغير العاملات في أعمار تتراوح ما بين ٢٠-٤١ سنة ، حيث تم تقسيم العينة إلى ثلاث فئات الفئة الأولى من سن(٢٠ إلى ٢٧) سنة ومن سن (٢٨ إلى ٣٤) سنة ومن سن (٣٥-٤١) سنة.

٢- المؤهل الدراسي: تم تقسيم العينة على حسب متغير المؤهل الدراسي إلى ثلاث مجموعات (مؤهل متوسط، مؤهل أقل من جامعي، مؤهل جامعي) ويقصد بالمؤهل المتوسط المرحلة المتوسطة وبالأقل من جامعي الثانوية وما في مستواها من المؤهلات أقل من المؤهل الجامعي. أما المؤهل الجامعي فيقصد به المؤهل الذي كانت مدته أربع سنوات بعد المرحلة الثانوية.

٣- وتم اختيار العينة على حسب الحالة الاجتماعية (متزوجات –غير متزوجات). وقد تم اختيار عينة العاملات (بمهنة التعليم) من جميع المراحل التعليمية كما يلي:-

- المرحلة الابتدائية
- المرحلة المتوسطة
- المرحلة الثانوية

وحيث أن العدد الكلي للمدارس التي ينتمي إليها مجتمع الدراسة = ٢٦٣ تم اختيار نسبة ٥% من مجتمع المدارس على مستوى المرحلة وكان عدد المدارس المختارة = ١٤ مدرسة.

جدول رقم (١)

عدد عينة المدارس من كل مرحلة تعليمية

المراحل التعليمية	العدد الكلي	عينة المدارس	عدد العينة من المعلمات
عدد المدارس الابتدائية	١٤٤	٧	٥٥
عدد المدارس المتوسطة	٧٤	٤	٥٢
عدد المدارس الثانوية	٤٥	٣	٤٣
المجموع	**٢٦٣**	**١٤**	**١٥٠**

وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من قائمة كل مرحلة تعليمية وذلك عن طريق القصاصات الورقية. أما اختيار المعلمات فكان للمعلمات اللاتي قبلن ملء الاستبيانات. كما تم توزيع الاستبيانات على عينة غير العاملات عن طريق توزيعها بواسطة الطالبات بنفس المدارس حيث طلب منهن توزيع الاستبيانات على أمهاتهن وأخواتهن وقريباتهن من غير العاملات. وبعد فرز الاستبيانات تم الحصول على تكرارات المتغيرات العامة لعينة الدراسة وفقا للتالي:

أولاً: توزيع المعلمات حسب المرحلة الدراسية :

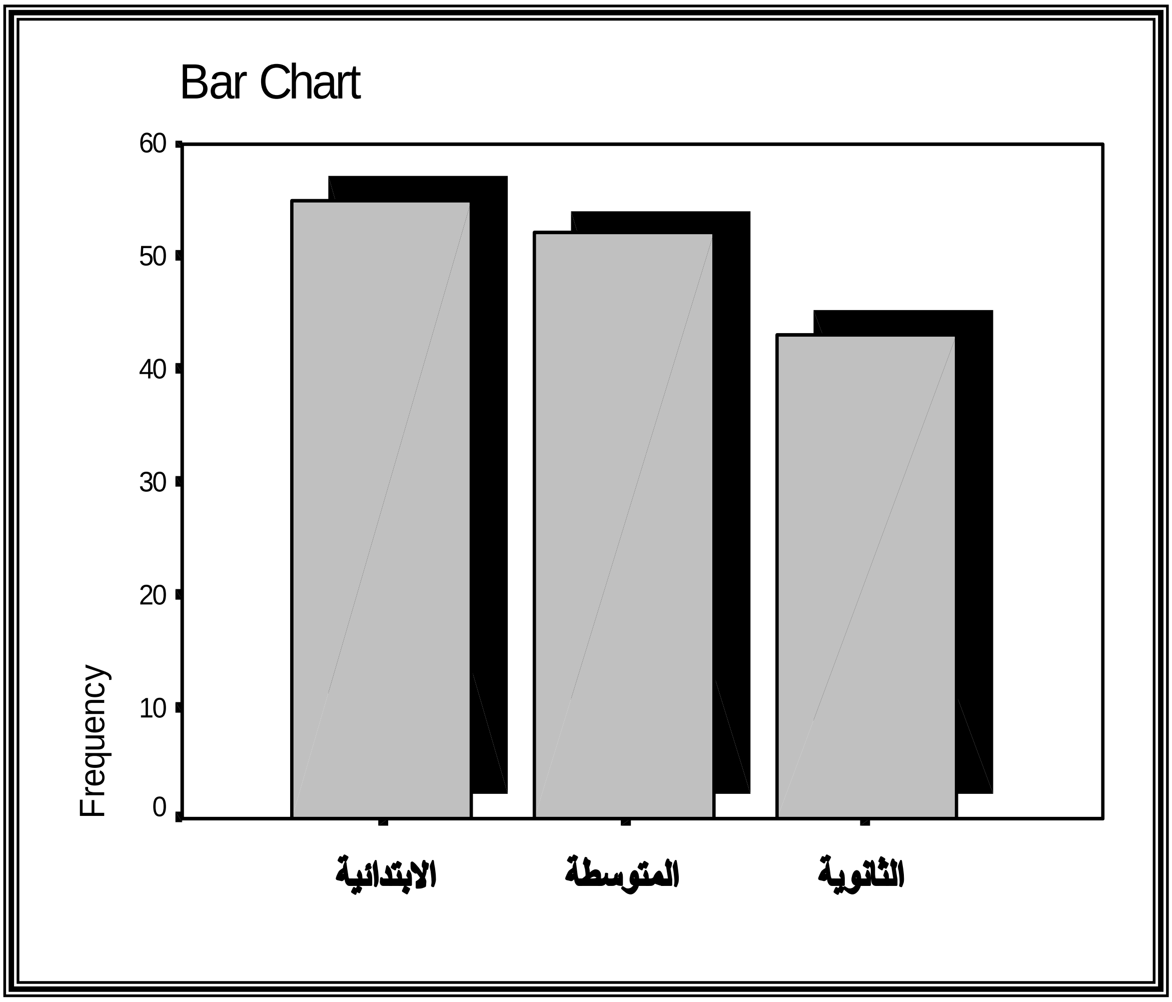
جدول رقم (٢)

يبين توزيع المعلمات حسب المرحلة الدراسية

المرحلة	العدد	النسبة
الابتدائية	٥٥	١٨،٣
المتوسطة	٥٢	١٧،٣
الثانوية	٤٣	١٤،٣
المجموع	١٥٠	٤٩،٨

شكل رقم(١)

يبين توزيع عينة المعلمات حسب المرحلة الدراسية التي تعمل بها



من خلال الجدول والشكل السابقين يتضح أن فئة معلمات المرحلة الابتدائية هم الأكثر نسبة في العينة تليهم فئة معلمات المرحلة المتوسطة وتأتي فئـة معلمـات المرحلة الثانوية كأقل نسبة من العينة ١٤،٣ % .

ثانياً: العمر:-

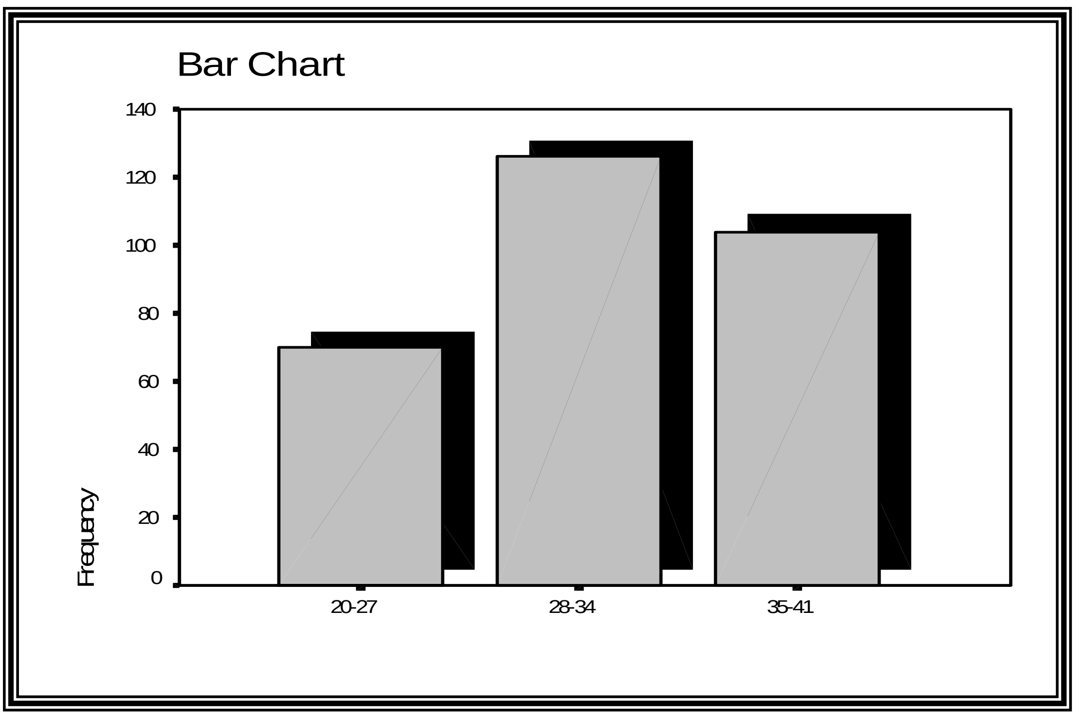
جدول رقم (٣)

توزيع العينة من حيث الفئة العمريه

الفئة العمريه	العاملات		غير العاملات		المجموع
	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات	
٢٠-٢٧	٢٦،٦	٤٠	٢٠	٣٠	٧٠
٢٨-٣٤	٤٤	٦٦	٤٠	٦٠	١٢٦
٣٥-٤١	٢٩،٣	٤٤	٤٠	٦٠	١٠٤
المجموع	١٠٠	١٥٠	١٠٠	١٥٠	٣٠٠

شكل رقم(٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة على الفئات العمرية



يتضح من خلال الجدول والشكل السابقين أن الفئة (٢٨-٣٤) تحتوي

على أكبر نسبة من العينة، أما أقل النسب العمرية فهي للفئة من (٢٠-٢٧) حيث تبلغ نسبتها ٢٣،٣٪ .

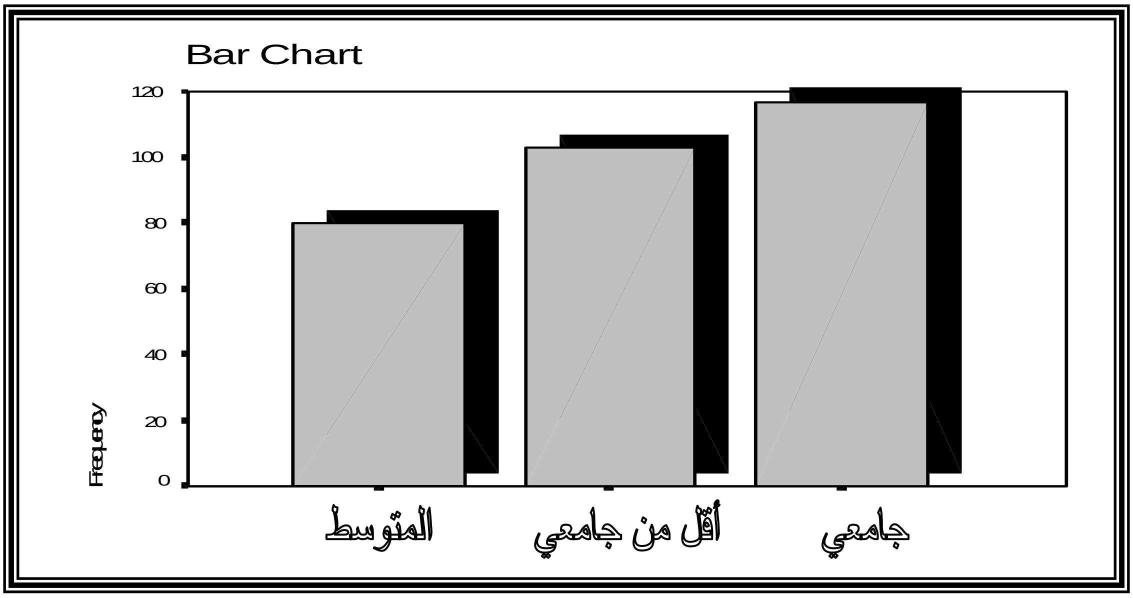
ثالثاً: المؤهل الدراسي لأفراد العينة :-

جدول رقم (٤)

يبين توزيع أفراد العينة حسب المؤهل الدراسي

المؤهل الدراسي	العاملات		غير العاملات		مجموع التكرارات
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
المؤهل المتوسط	%٠	-	%٥٣،٣	٨٠	٨٠
المؤهل الأقل من جامعي	%٤٠	٦٠	%٢٨،٧	٤٣	١٠٣
المؤهل الجامعي	%٦٠	٩٠	%١٨	٢٧	١١٧
المجموع	١٠٠	١٥٠	١٠٠	١٥٠	٣٠٠

شكل رقم (٣)



يبين توزيع العينة حسب المؤهل الدراسي

من خلال الجدول والشكل السابقين يتضح أن أكبر نسبة من عينة الدراسة تقع في فئة التعليم الجامعي حيث بلغت نسبتهم ٣٨,٩% .

رابعاً: الحالة الاجتماعية لأفراد العينة

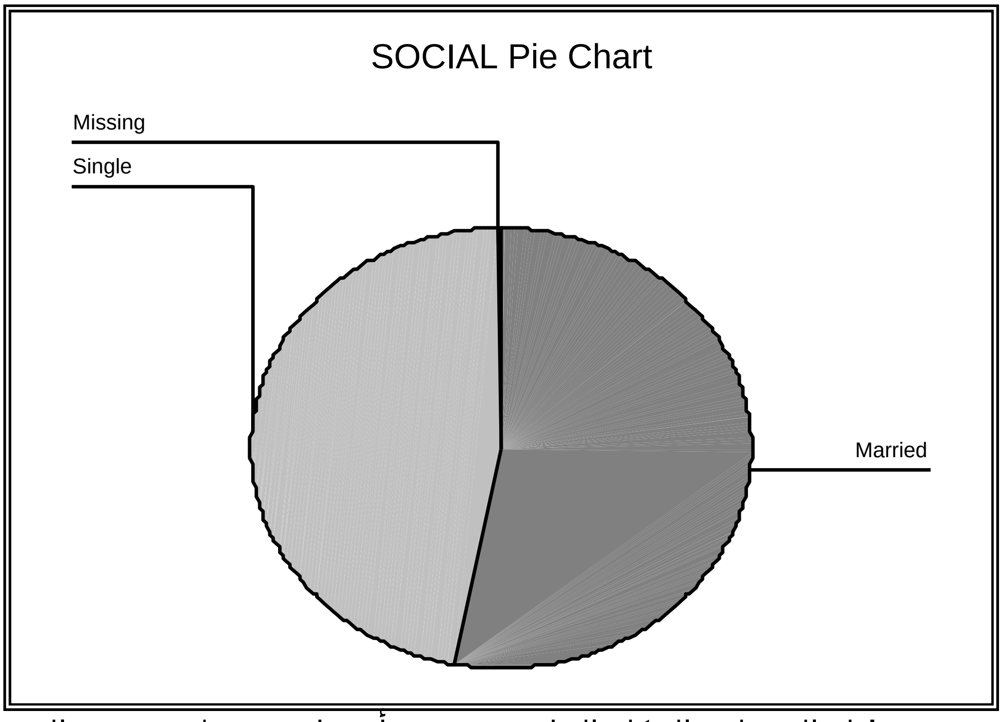
جدول رقم(٥)

يبين توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العاملات		غير العاملات		مجموع التكرارات
	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
المتزوجات	٥٤	٨١	٥٢،٦	٧٩	١٦٠
غير المتزوجات	٤٦	٦٩	٤٧،٣	٧١	١٤٠
المجموع	١٠٠	١٥٠	١٠٠	١٥٠	٣٠٠

شكل رقم(٤)

يبين توزيع العينة حسب الحالة الاجتماعية



من خلال الجدول والشكل السابقين يتضح أن ما يزيد على نصف العينة من المجموعتين يقع في فئة المتزوجات حيث بلغت نسبة المتزوجات ٥٣,٣ % .

ثالثاً: أدوات الدراسة:

لأجل جمع بعض البيانات عن المرأة العاملة فقد قامت الباحثة بإعداد استمارة جمع معلومات عامة (ملحق رقم ١). ولأجل قياس درجة القلق استخدمت الباحثة مقياس الطائف للقلق وهو مقياس مقنن على البيئة السعودية.

١- استمارة جمع المعلومات:

قامت الباحثة بإعداد استمارة لجمع بعض المعلومات العامة عن عينة الدراسة ، وتشمل بعض الأسئلة عن الجنسية والسن ومستوى التعليم والعمل ونوعه والحالة الاجتماعية والحي الذي تسكنه.

٢- مقياس الطائف للقلق:

تم إصدار مقياس الطائف للقلق من قبل مستشفى الصحة النفسية بالطـائف التابع لوزارة الصحة بالمملكة العربية السعودية في عـام ١٤١٣هـ والذي قـام بإعداده الدكتور فهد عبد الله الدليم والدكتور فاروق سيد عبد السلام والدكتور يحيى محمد مهنى والأستاذ /عبد العزيز عبد الرحمن الفته وقد قام البـاحثون بإعـدادهم لهذا المقياس لإحساسهم بالحاجة الملحة لوجود مقاييس سعودية نفسية ولقد اتبعـوا في ذلك الخطوات التالية :

١- تم جمع البنود والفقرات ذات المحتوى المرتبط بالقلق بصورة مباشرة من المراجع والكتب النفسية المتخصصة في الطب النفسي.

٢-مراجعة وتحليل بنود اختبارات القلق لكل من سبيلرجر والـذي أعـده باللغـة العربية أحمد عبد الخالق وأمينة كاظم وعبد الرقيب البحيري و قائمـة القلـق (الحالة والسمة) ومقياس (كوستلو وكومري) الذي أعده باللغة العربية غريب عبد الفتاح ومقياس (تايلور) للقلق الصريح .حيث راجعوها وحولوا بنودهـا، وقد بلغ عدد بنوده ٤٧ بندا وبعد ذلك تم إعداد المقياس في صورته النهائية بعد أن عرض على محكمين مختصين (فظهر بالشكل المرفق ملحق رقم ٢)

ولغرض تقنين هذا المقياس تم تطبيقه على ٤٥٠٠ فرداً من الذكور والإناث تم اختيارها بشكل عـشوائي ٢٧ مدينـة بمنـاطق المملكـة الرئيـسية الخمـس (الوسطى،الغربية، الشرقية ،الشمالية، الجنوبية) وبعد مراجعة الإجابات تم استبعاد ٣٤٤ استمارة لعدم جدية الإجابة عليها .وهكذا بلغت عينة التقنين ٤١٥٦ فردا من الذكور ٥٩ % ومن الإناث ٤١ % تفاوتت أعمارهم منهم ٥،٣ % تحت عـشرين

سنة كما تفاوتت مستوياتهم التعليمية والمهنية والاجتماعية.

ولقد تم حساب صدق وثبات المقياس بأكثر من طريقة، فالصدق تم حسابه عن طريق صدق المحكمين والصدق الظاهري والصدق العاملي والصدق التلازمي و أثبتت نتائج هذه الطرق أن للمقياس درجة صدق عالية، ولقد تم حساب الثبات بطريقتين وهما معامل الفا كرونباخ وقد بلغت قيمته ٨ ،٩١ % وهو معامل مرتفع ومعامل الاتساق الداخلي وكان دالاً إحصائياً عند مستوى ٠،٠٥ وهذا يؤكد ثبات المقياس.

رابعاً: إجراءات التطبيق:

قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة في مدينة مكة المكرمة في مدارس البنات للمرحلة الابتدائية والمتوسطة والثانوية وذلك بعد موافقة الرئاسة العامة لتعليم البنات حيث تم توزيع الاستبيان عن طريق مكاتب الإدارة في المدارس وذلك حرصاً على سلامة وصول الاستبيانات إلى عينة الدراسة ومن ثم استرجاعها وذلك بعد شرح طريقة تعبئة الاستبانة. كما أن الباحثة قامت بتوزيع الاستبيانات الخاصة بغير العاملات عن طريق توزيعها على الطالبات في نفس المدارس لكي تقوم والداتهن وقريباتهن من غير العاملات بتعبئة هذه الاستبيانات وذلك لضمان توزيع عينة غير العاملات على نفس الأماكن التي أخذت منها عينة العاملات. وبعد ذلك تم تفريغ البيانات وتهيئتها للتحليل الإحصائي باستخدام برنامج المجموعة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss).

الفصـل الرابـع

نتائج الدراسة

خاتمــــــــة

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

نتائج الدراسة

فيما يلي تعرض الباحثة النتائج التي توصلت إليها بالنسبة لفروض الدراسة وذلك حسب تسلسلها في هذه الدراسة و مناقشة هذه النتائج.

١) الفرض الأول

ينص الفرض الأول في الدراسة الحالية على أنه (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق بين المرأة العاملة وغير العاملة) وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" t-test لتحليل الفروق بين متوسطات درجات العاملات وغير العاملات والجدول رقم (٦) يوضح النتيجة.

جدول رقم (٦)

الفروق بين العاملات وغير العاملات في درجة القلق

المجموعة	العينة (ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
عاملات	١٥٠	١٠٩,٧٤٦٧	٢٢,٦٦٣٠	,١٥٦	٢٩٨	٠,٨٧٦
غير عاملات	١٥٠	١٠٩,٣٧٣٣	١٨,٥٩٥٥			

يتضح من الجدول رقم (٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات وغير العاملات في درجة القلق وهذا يؤكد صحة الفرض الأول والذي يؤكد عدم وجود فروق دالة بين العاملات وغير العاملات في درجة القلق.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة مخوبادي ودوانجـي Mukhopadhyay ,Dewaanji (1993) حول مستويات القلق والعمل لدى أمهـات عاملات حيث أظهرت تلك الدراسة تشابه مستويات القلق لدى العـاملات وغيـر العاملات.

وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة بيـدكور وكـارين سوزان Peddicord, Suzanne (1991) حيث أظهرت تلك الدراسة وجود فروق بين العاملات وغير العاملات في اتجاه المتوسط الأعلى للعاملات حيـث كانـت لديهن نتائج عالية من ناحية القلق.

كما اختلفت هذه الدراسة مع دراسة خانا وشـيرالي Khanna, Sirali (1989) حيث أظهرت نتائجها أن المرأة العاملة أكثر قلقاً من غير العاملات.

وقد اختلفت أيضاً مـع دراسـة مخوبـادي Mukhopahyay (1996) حيـث أظهرت نتائج هذه الدراسة ميلاً عاماً لقلق نفسي عالي لدى غير العاملات.

وتفسر الباحثة هذا الاختلاف في نتائج الدراسات باختلاف المجتمعـات التـي أجريت فيها وخصوصية كل مجتمع عن الآخر وما لهذه الخصوصية من أثر فـي بنيان أي ظاهرة تكون بصدد الدراسة فالمرأة العاملة في السعودية تختلـف عـن نظيراتها في الدول الأخرى فهي لا تعاني من نفس الضغوط التـي تعـاني منهـا العاملات في الدول الأخرى فالعاملة في مجتمعنا تعمل في جو هادئ مريح و بعيد عن الاختلاط مما يجعلها بمنأى عن المضايقات، وهذا من شأنه أن يجعلها تحصل على رضا مجتمعها عنها وتأييده، كما أن العاملة في مجتمعنا تحصل على أجـر مادي مرضي وموازي لما تقوم به من عمل في ضمن ظـروف جيـده بعكـس العاملات في بعض الدول حيث العمل أكثر والأجر أقل.

كما ترى الباحثة أن ما توصلت إليه دراستها من عدم وجـود فـروق لـدى المجموعتين قد يعود إلى وجود نوع من التوازن بين السلبيات والإيجابيات لـدى كل من المجموعتين فإننا إذا نظرنا إلى الواقع نجد أن المرأة العاملة تبـذل جهـداً مضاعفاً نتيجة قيامها بالتزاماتها العملية بالإضافة إلى التزاماتها المنزلية كما أنهـا تعاني من ضيق الوقت وعدم القدرة على تنظيمه مما يشعرها بنوع من الذنب تجاه نفسها وعائلتها.

إلا أنها بالمقابل تجد الكثير من المكاسب التي تعود عليها نتيجة لهذا العمل أول هذه المكاسب هو شعورها بالرضا عن النفس حيث ترى أنها حققت ذاتها و أثبتت قدرتها على الإنتاج والمشاركة البناءة في المجتمع، كما أنها حققـت نوعـاً مـن الاستقلال المادي والذي يشعرها بأن عملها حيوي ومهم وممتع ويمنحها الاحترام والمساعدة سواء من الزوج أو القريبات وذلك فيما يتعلق برعاية منزلها وأطفالها، كما أنه نتيجة للمستوى الاقتصادي المرتفع والذي تتمتع به غالبية العاملات بمجال التعليم في بلادنا ولله الحمد فإنها استطاعت جلب الخادمات بل والمربيـات كمـا استطاعت شراء الكثير من الأجهزة الحديثة التي تساعدها في التزاماتها المنزليـة مما خفف شعورها بالضغط تجاه هذه الالتزامات وشعورها بالذنب تجـاه نفـسها وتجاه عائلتها. وبذلك يصبح العمل مصدراً للتخفيف القلق لدى المرأة العاملة بـدلاً من أن يكون مصدراً له.

في حين أن المرأة غير العاملة والتي تجد الوقت الكـافي لرعايـة عائلتهـا والوفاء بالتزاماتها الاجتماعية و لا تعاني من ضغوط خارجية إلا أنهـا بالمقابـل تشعر بنوع من عدم الرضا عن الذات وذلك عندما تقارن نفـسها بغيرهـا مـن الزميلات اللواتي تمكن من المساهمة في نواحي النشاط المختلفة كما أنهن يترقين في المناصب المختلفة ويحققن نوعاً من الاستقلال المادي ويزداد هذا الشعور حدة

عندما تكون المرأة غير العاملة مثقفة وصاحبة إمكانيات ومع ذلـك لا تـستطيع توظيف هذه الإمكانيات.

وبهذا ترى الباحثة أن هناك نوع من التوازن بين السلبيات والإيجابيات لـدى كل من العاملات وغير العاملات هذا التوازن أدى إلى خلق نوع من التشابه فـي الدرجات وبالتالي إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجة القلق لدى كل من المجموعتين.

٢)الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني في الدراسة الحالية على أنه (لا توجد فروق ذات دلالـة إحصائية في متوسط درجة القلق لدى المرأة العاملة بمهنة (التعليم) تبعـاً لمتغيـر المرحلة الدراسية).

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحـراف المعياري لمتغير السن لعينة الدراسة، ولحساب الفروق استخدمت الباحثة تحليـل التباين أحادى الاتجاه وأتبعته باختبار شيفي seheffe لتحديد مصدر التباين.

جدول رقم (٧)

الخصائص الإحصائية لمتغير المرحلة الدراسية

المرحلة الدراسية	العينة	المتوسطات	الانحراف المعياري
الابتدائية	٥٥	١١٥,٤٥٤٥	٢٣,٨٦٠٦
المتوسطة	٥٢	١٠٣,٨٤٦٢	١٨,٤٥٨٦
الثانوية	٤٣	١٠٩,٥٨١٤	٢٤,٣٠١٩

والجدول التالي يمثل تحليل التباين أحادي الاتجاه لمتغير المرحلة الدراسية.

جدول رقم (٨)

تحليل التباين أحادي الاتجاه لمتغير المرحلة الدراسية

مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
بين المجموعات	٢	٣٦٠٣,٥٠٣	١٨٠١,٧٥١	٣,٦٣٢	٠,٠٢٩
داخل المجموعات	١٤٧	٧٢٩٢٤,٨٧١	٤٩٦,٠٨٨		
المجموع	١٤٩	٧٦٥٢٨,٣٧٣			

من خلال الجدول يتبين أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين العاملات (في التعليم) في متوسط درجة القلق تبعاً للمرحلة الدراسية ولتحديد اتجاه الفروق بـين المجموعات استخدمت الباحثة اختبار شيفي البعدي كما يظهر في الجدول التالي:-

جدول رقم (٩)

اختبار شيفي البعدي

المرحلة التعليمية	الابتدائية	المتوسطة	الثانوية
الابتدائية	-	*١١,٦٠٨٤	٥,٨٧٣٢
المتوسطة		-	-٥,٧٣٥٢
الثانوية			-

*دال عند مستوى ٠,٠٥

من خلال قراءة الجدول السابق يتضح أنه توجد فروق ذات دلال إحـصائية بين المعلمات اللآتي ينتمين إلى المرحلة الابتدائية وبين المعلمات فـي المرحلـة

المتوسطة، وبالرجوع إلى المتوسطات في جدول رقم (٧) يتضح لنا أن معلمـات المرحلة الابتدائية أكثر قلقاً من معلمات المراحل الأخرى .

تفسر الباحثة ما توصلت إليه من نتيجة في دراستها الحالية من حيث وجـود فروق دالة إحصائياً في متوسط درجة القلق لدى المعلمات تبعاً للمرحلة الدراسـية وفي اتجاه متوسط الدرجات الأعلى لمعلمات المرحلة الابتدائية بأن ذلـك نظـراً للأهمية التي تتمتع بها هذه المرحلة حيث تعتبر اللبنة الأولى في تعلـيم الـنشء. وبالتالي تقع عليها مسؤولية بذر البذور الأولى في التعليم لدى هؤلاء الطلبة كما أن التعامل مع الطلاب في هذه المرحلة العمريه الصغيرة يحتاج إلـى الكثيـر مـن الصبر والمرونة واتساع الصدر. وبالمقابل نجد معلمات المرحلة المتوسـطة قـد حصلن على المتوسط الأقل في درجات القلق حيث يعتبر وضع المعلمة في هـذه المرحلة أكثر استقراراً منها في المراحـل الأخـرى كمـا أن المؤهـل العلمـي والمهارات التربوية الحاصلة عليها ساعدتها في التخفيـف مـن مـشاق المهنـة. وبالرغم من تشابه المؤهل العلمي والمهارات التربوية بـين معلمـات المرحلـة المتوسطة والثانوية إلا أن معلمات المرحلة الثانوية سجلن متوسط درجات أعلـى من معلمات المرحلة المتوسطة وذلك نظراً لكثرة الضغوط ومتطلبات العمل علـى المعلمة بالمرحلة الثانوية من زيادة النصاب في عدد الحصص والأنشطة المتعددة والخاصة بهذه المرحلة التعليمية.

٣) الفرض الثالث:

ينص الفرض الثاني في الدراسة الحالية على أنه (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لمتغير السن لدى كل من المـرأة العاملـة

وغير العاملة).

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحراف المعياري لمتغير السن لعينة الدراسة، ولحساب الفروق استخدمت الباحثة تحليـل التباين أحادى الاتجاه وأتبعته باختبار شيفي seheffe لتحديد مصدر التباين.

جدول رقم(١٠)

الخصائص الإحصائية للفئات العمريه في درجة القلق

الفئة	العينة	المتوسطات	الانحراف المعياري
٢٠-٢٧	٧٠	١١٨,٠٥٧١	٢١,٩٦٥٠
٢٨-٣٤	١٢٦	١٠٠,٧٧٧٨	١٧,٤٧٤٥
٣٤-٤١	١٠٤	١١٤,٤٨٠٨	١٩,٥٣٦٤

والجدول التالي يمثل تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب الفروق بين الفئـات العمرية:-

جدول رقم (١١)

تحليل التباين أحادي الاتجاه للفئات العمرية

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
بين المجموعات	٢	١٧٢٩٠,٤٠٩	٨٦٤٥,٢٠٥	٢٣,١٧٩	٠,٠٠٠
داخل المجموعات	٢٩٧	١١٠٧٧١,٥	٣٧٢,٩٦٨		
المجموع	٢٩٩	١٢٨٠٦١,٩			

من خلال الجدول السابق يتبين أن هناك فروقاً ذات دلالة بين متغير الـسن

في درجة القلق ولتحديد اتجاه الفروق بين المجموعات الثلاث استخدمت الباحثة اختبار شيفي كما يظهر في الجدول التالي:-

جدول رقم (١٢)

اختبار شيفي البعدي

الفئة	٢٠ -٢٧	٢٨ -٣٤	٣٥-٤١
٢٠-٢٧	-	*١٧,٢٧٩٤	٣,٥٧٦٤
٢٨-٣٤		-	*-١٣,٧٠٣٠
٣٥-٤١		-	-

***دال عند مستوى ٠،٠٥**

من خلال قراءة الجدول يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئة من سن (٢٠-٢٧) والفئة من سن (٢٨- ٣٤) وبين الفئة من سن (٢٨-٣٤) والفئة من سن (٣٥-٤١) وبالمقارنة بين المتوسطات اتضح أن الفئة العمرية الممتدة من سن (٢٠- ٢٧) وهي الأصغر سناً هم أكثر الفئات قلقا تليهم الفئة من (٣٥-٤١) وتبدوا الفئة من سن (٢٨-٣٤) هي الأقل قلقاً بين الفئات الأخرى.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة براون هارس (١٩٩٣م) حيث أظهرت دراسته أن الصغار في السن أكثر قلقاً من الكبار.

كما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع ما توصلات اليه ريد (مذكور في شند،٢٠٠٠م)

وتفسر الباحثة ما توصلت اليه دراستها من وجود فروق دالة في درجة القلق

تبعاً للسن وفي اتجاه المتوسط الأعلى للفئة الأصغر سناً من (٢٠-٢٧) بأن هـذه المرحلة العمرية لدى المرأة تتميز بأنها مرحلة غزارة الإنتاج سواء فـي الحيـاة العملية أو في الحياة الأسرية والاجتماعية كما أن هذه المرحلة تمثل أهمية كبيـرة في حياتها فهي مرحلة الإنجاب وتربية الأطفال والحيرة في التعامل معهم كمـا أن المرأة الأصغر سناً تبدو أكثر حماساً وأكثر اندفاعاً للحياة وبالتالي تكـون أكثـر توتراً وقلقاً وترى الباحثة أنه بالنظر الى الواقع نجد أن أبناء هذا الجيـل والـذين عاشوا حياة أقرب الى الرخاء لم يعد باستطاعتهم مواجهة مشكلاتهم والـصعوبات التي تواجههم بنفس القوة والإيجابية والمرونة التي يتعامل بها الأكبـر سـناً مـع مشكلاتهم وبذلك فهم أكثر الفئات تعرضاً للقلق. وتؤيد هذه النتيجة ما ذكره عثمان (٢٠٠١م: ٢٩) من أن القلق يبلغ ذروته في المرحلة العمرية الممتدة من ٢٠ إلى ٢٦ سنة.

كما يبدوا أن المرحلة العمرية الممتدة من (٢٨-٣٤) سـنة هـي مرحلـة استقرار نسبي حيث ينخفض القلق لدى المرأة في هذا السن وقد يعود السبب فـي هذا الى تعود المرأة في هذه المرحلة على الروتين سواء في حياتهـا العمليـة أو الاجتماعية كما أنها أصبحت ذات خبرة ومرونة أكبر في التعامـل مـع الأمـور المستجدة والطارئة وأصبحت أكثر توافقاً مع حياتها.

إلى أن هذا الاستقرار قد لا يدوم طويلاً حيث نجد النتائج تشير الى ارتفاع درجة القلق مرة أخرى لدى المرأة في المرحلة العمرية الممتـدة مـن (٣٥-٤١) سنه وقد يعزى هذا الارتفاع الى ما تمر به المرأة في هذه المرحلة مـن تغيـرات ناتجة عن طبيعتها العضوية وتركيبتها النفسية حيث تقترب في هذه الفترة تدريجياً مما يسمى بسن اليأس لدى المرأة (مرحلة انقطاع الطمث) وهو ما يعد شبحاً مخيفاً للمرأة في هذا السن.

٤)الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع في الدراسة الحالية على أنه (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لمتغير المؤهل الدراسي لدى المرأة العاملة وغير العاملة).

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحراف المعياري لمتغير المؤهل الدراسي لدى عينة الدراسة، ولحساب الفروق استخدمت الباحثة تحليل التباين أحادى الاتجاه وأتبعته باختبار شيفي seheffe لتحديد مصدر التباين.

جدول رقم (١٣)

الخصائص الإحصائية لمتغير المؤهل الدراسي

المؤهل الدراسي	العينة	المتوسطات	الانحراف المعياري
فئة التعليم المتوسط	٨٠	١٠٨,٠٢٥	٢٠,٠٥١٥
فئة التعليم الأقل من جامعي	١٠٣	١١٣,٧٨٦٤	٢١,٤١٨٦
فئة التعليم الجامعي	١١٧	١٠٦,٨٩٧٤	٢٠,٠٥٢٧

والجدول التالي يمثل تحليل التباين أحادي الاتجاه لحساب الفروق بين فئات متغير المؤهل الدراسي:-

جدول (١٤)

تحليل التباين أحادي الاتجاه لفئات المؤهل الدراسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
بين المجموعات	٢	٢٨٦٠,٨٦٢	١٤٣٠,٤٣١	٣,٣٩٣	٠,٠٣٥
داخل المجموعات	٢٩٧	١٢٥٢٠١,١	٤٢١,٥٥٢		
المجموع	٢٩٩	١٢٨٠٦١,٩			

من خلال الجدول السابق يتبين أن هناك فروقاً ذات دلالة بين متغير المؤهـل الدراسي في درجة القلق ولتحديد اتجاه الفروق بين المجموعات الثلاث استخدمت الباحثة اختبار شيفي كما يظهر في الجدول التالي :-

جدول رقم (١٥)

اختبار شيفي البعدي

المؤهل الراسي	فئة التعليم المتوسط	فئة التعليم الأقل من جامعي	فئة التعليم الجامعي
فئة التعليم المتوسط	-	-٥,٧٧٣٩	١,١١٠١
فئة التعليم الأقل من جامعي		-	٦,٨٨٩٠*
فئة التعليم الجامعي			-

- دالة عند مستوى ٠,٠٥

من خلال قراءة الجدول السابق يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحـصائية بين فئة التعليم الأقل من جامعي وفئة التعليم الجامعي وفي اتجاه المتوسط الأعلـى لفئة التعليم الأقل من جامعي.

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة بين و ولفمان (شند،٢٠٠٠) حيث أظهرت نتائجها أن المرأة الأعلى تعليماً أقل قلقاً.

واختلفت نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة ريد(المصدر السابق) حيـث أظهرت نتائجها عدم وجود علاقة بين القلق ومستوى التعليم.

وتفسر الباحثة ما توصلت إليه دراستها من وجود فروق دالة في درجة القلق تبعاً لمتغير المؤهل الدراسي وفي اتجاه متوسط الدرجات الأعلى لفئة التعليم الأقل من جامعي بأنه كلما ارتفع المؤهل الدراسي للمرأة كلما زاد طموحها ورغبتها في إكمال تعليمها إلى مستويات أعلى إلا أن هذه الفئة تشعر بأنها وقفت عند حد معين لم تستطيع معه الارتقاء مقارنتاً بزميلاتهن اللاتي أكملن تعليمهن وفي نفس الوقت تجد لديها من الطموح ما يدفعها لإكمال تعليمها.

وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن فئة التعليم المتوسط حصلت على متوسـط درجات أقل من فئة التعليم الأقل من جامعي وذلك لأن غالبية هذه الفئة من ربات البيوت واللاتي يكن غالبا قانعات وراضيات بحياتهن وبما حـصلن عليـه مـن مستوى تعليمي.

كما نجد أن فئة التعليم العالي قد سجلت متوسط الدرجات الأقل بين الفئـات

الأخرى وذلك لأن المتعلمات تعليم عالي مـن المجمـوعتين يـشعرن بمكـانتهن الاجتماعية ويشعرن بالرضا عن هذه المكانة ويتكون لديهن مفهوم أكثر إيجابيـة عن الذات وتتولد لديهن الثقة بأنفسهن وهذه الثقة بالنفس تكسبهن قـوة للاحتمـال والتغلب على الصعاب التي تواجههن في الحياة والتوصل الـى حلـول ناجحـة للمشكلات التي تصادفهن كما تساعدهن على التوافق مع البيئـة المحيطـة بهـن. ويتفق هذا الرأي مع ما أشار إليه (آدم،١٩٨٠م) من أن المرأة تكون أقـدر علـى مواجهة المشكلات والصعوبات بشكل إيجابي مع ارتفاع مستوى تعليمها.

٥) الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس في الدراسة الحالية على أنه (لا توجـد فـروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً للحالة الاجتماعية(متزوجات - غيـر متزوجات) لدى كل من المرأة العاملة وغير العاملة)

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسـط الحـسابي، والانحـراف المعياري لدرجات أفراد المجموعتين في درجة القلق وحساب قيمة " ت" لمعرفة دلالة الفروق والجدول رقم (١٦) يوضح النتيجة.

جدول رقم (١٦)

المتوسط والانحراف المعياري لدرجات أفراد المجموعتين وقيمة ت في درجة القلق

العمليات الإحصائية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
المتزوجات	١٦٠	١٠٧,٩٠٦٣	٢١,٠٤٤٨٤	-١,٤٨٣*
غير المتزوجات	١٤٠	١١١,٤٥٠٠	١٩,٧٠٦٢	

* غير دالة

يتضح من الجدول رقم (١٦) عدم وجود فروق دالة إحصائيا فـي مـستوى القلق تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجات وغير متزوجات) لدى كـل مـن المـرأة العاملة وغير العاملة وهذا يؤكد صحة الفرض الرابع والذي يؤكـد عـدم وجـود فروق دالة في مستوى القلق تبعاً للحالة الاجتماعية.

كما تتفق مع نتائج دراسة خانا وشيرالي (١٩٨٩م) من عدم وجود فروق دالة في القلق بين المتزوجات وغير المتزوجات.

كما اتفقت مع نتائج دراسة (الصبحي،١٤٢٠م) والتي أظهرت عـدم وجـود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات وغير المتزوجات في القلق العام لـدى معلمات المرحلة المتوسطة.

وقد اختلفت نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة ريخمـان (شـند،٢٠٠٠م) حيث بينت أن المتزوجات أكثر معاناة نفسية من غير المتزوجات .

وتفسر الباحثة هذا الاختلاف بأنه قد يعود إلى اختلاف في ظروف العينة والبيئة

التي أجري فيها البحث كما أننا لو نظرنا إلى الواقع لوجدنا أن المرأة المتزوجـة وإن كانت تعاني من التزاماتها العائلية والاجتماعية نحو زوجها وأولادها وتتحمل مسؤولية إدارة منزلها والقيام بشؤونه كما تتحمل مسؤولية خلق نوع من الاستقرار والسعادة لأسرتها إلا أنها تجد نوعاً من الرضا عن النفس والشعور بالسعادة وذلك لشعورها بأنها حققت ذاتها عن طريق القيام بدورها الأنثوي ونجاحها في تكـوين أسرة والإحساس بالأمومة حيث أن كثيراً من الإناث في مجتمعاتنا الشرقية يشعرن بأن نجاحهن الحقيقي لا يتحقق نتيجة أعمال عقلية يحققنها بأنفسهن ولكن بتحقيقـه عن طريق الزواج والأبناء.

الخـاتمـة

بعد الانتهاء من الدراسة الحالية وجدت الباحثة نفسها تقـف وقفـة متأملـة متسائلة أمام عدد من النقاط والتي تستوجب المناقشة والتعليق، وكان أهمها عـدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعة العاملات وغير العاملات علـى مقيـاس القلق النفسي، حيث هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مـدى معانـاة المـرأة العاملة في (التعليم) من القلق مقارنةً بغير العاملة.

وقد بدأت الباحثة هذه الدراسة معتمدة على إطارها النظري وما اسـتطاعت الحصول عليه من نتائج الدراسات السابقة. ولقد تناول هذا الإطار مفهوم القلق كما تناول موضوع عمل المرأة مبيناً أثر هذا العمل على احتمـال إصـابتها بـالقلق النفسي، وتبعته الدراسات السابقة مؤيده في معظمها لهذا التأثير .

إلا أن نتيجة الدراسة الحالية جاءت مخالفة نوعاً لهذه الإطار ولعدد من نتائج الدراسات السابقة. بحيث لم تسجل المرأة العاملة ارتفاعاً في درجة القلـق علـى مقياس القلق عن نظيرتها غير العاملة، بشكل يخلق فروقاً دالة إحصائياً بينهما.

وتناقش الباحثة هذه النتيجة من خلال بعدين وهما: أولاً الواقـع والتغيـرات الحضارية حيث كشفت نتيجة هذه الدراسة عن مدى قدرة المـرأة العاملـة علـى تحمل المسؤولية ومواجهة أعباء العمل بكل جدارة. كما دلت هذه النتيجة على أن التغيرات الحضارية بما تحمله داخلها من التطور التكنولوجي وما أتاحه من أدوات وإمكانيات، عاون المرأة في التغلب على بذل الوقت والجهد فـي إدارة الـشؤون المنزلية الأمر الذي أدى إلى خلق ظروف ملائمة لقيام المرأة بعمل مستقل خارج المنزل.

وفي اعتقاد الباحثة أنه لو أتيحت للمرأة غير العاملة في فئات الأسر المختلفة داخل مجتمعنا نفس الظروف المتاحة لمن يعملن لما ترددن في الإقبال على العمل.

فالعمل خارج المنزل أصبح جزءاً هاماً في حياة كثير من السيدات حتى لو تحملن إلى جانبه القيام بأعمال المنزل. فلقد فتح التحاق المـرأة بالعمـل أمامهـا مجالات واسعة للنشاط الاجتماعي ، وأحدث تغيرات هامة في مكانتها الاجتماعية.

وهكذا أصبح الحصول على عمل مصدرا للتخفيف من القلق بـدلا مـن أن يكون مصدرا له بل لقد أصبح عدم الحصول على عمل أحد الأسـباب التـي قـد تؤدي إلى ارتفاع القلق.

ويتمثل البعد الثاني في مشاكل الأطر النظرية والدراسات السابقة حيث لفتت نتيجة الدراسة الحالية الانتباه إلى حقيقة أن الأطر النظرية مهما بدا عليها من كمال وشمول لا يمكن بأي حال أن تكون أطراً مطلقة وصالحةً لكل زمان ومكان، كمـا أن نتائج الدراسات السابقة ظهرت في ظل ظروف اجتماعية واقتـصادية كاملـة الاختلاف. ومن العبث مواصلة هذه الدراسـات بـنفس التفاصـيل والخطـوات منتظرين أن تظهر لنا نفس النتائج. ولقد كانت نتيجة هذه الدراسة نتاج خصوصية المجتمع السعودي والتي تحظى المرأة فيه بمختلف فئاتهـا بـالكثير مـن الـدعم المعنوي والمادي والاجتماعي مما لا يجعل خروجها للعمل بدافع الحاجة الماديـة الملحة أو هرباً من واقع اجتماعي مرير، إنما بدافع تحقيق الذات والرضا عنها.

وأخيراً وجدت الباحثة أن من أهم ما حاولت الدراسة الحالية تأكيده هـو مـا لثقافة أي مجتمع من دور كبير في التأثير على أي ظاهرة تدرس فيه.

وتتمنى الباحثة أن تكون لنتيجة الدراسة الحالية بالرغم ممـا قـد تثيـره مـن تساؤلات، بعض الأثر في الحث على إعادة طريقة تفكير بعض الباحثين والتـي

تدعو إلى تبني الأطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة بغير الانتباه إلى خصوصية كل مجتمع عن الآخر. وما لهذا الاختلاف من أثر كبير في بنيان أي ظاهره يتصدى الباحث لدراستها.

ومع قيام الباحثة بالدراسة والاستمرار فيها خطوة تلو الأخرى ومواجهة مشاكلها وتحليل وتفسير نتائجها. اتضح لها أن البحث في الدراسات الإنسانية بحث معقد وثري وذلك لأن مادته هي الإنسان بما يحمله داخله من دوافع وتناقضات وخفايا لا يعلمها إلى الله. ولذلك لا يخلو بحث في الدراسات الإنسانية من نقاط ضعف تعود إلى طبيعة مادته وهي الإنسان، فمهما حاول الباحث جاهداً تتبع خطوات منهجه العلمي فلابد أن نجد في بحثه بعضاً من السلبيات والتي قد تؤثر على نتائج بحثه وصحتها المطلقة.

وأخيراً ترجو الباحثة أن يتبع هذا البحث بأبحاث أخرى في ذات الاتجاه وأن تكون معززة لمكامن القوة فيه وأن تجبر مكامن الضعف فيه.

الفصل الخامس

- خلاصة الدراسة .
- توصيات الدراسة ومقترحاتها .
- الدراسات المقترحة .

خلاصة الدراسة وتوصياتها

تشارك المرأة في بناء مجتمعها والنهوض به جنباً إلى جنب مـع الرجـل، ومن ثم تنال قضايا المرأة أهمية خاصة وتحظى بكثير من الاهتمام لدى العديد من الباحثين والدارسين، وذلك لتعدد أبعادها وأطرافها حيث ينظر إلى قـضاياها مـن جانبين أحدهما أنساني يهدف إلى رعاية حق المرأة نفسياً وجسمياً، وذلك لتجنيبها الكثير من المشكلات النفسية والصحية، كما أن للقضية جانباً اقتـصاديا لا يمكـن إغفاله، سواء على المستوى الفردي أو القومي، فالمرأة إذا لم تكن قـادرة علـى العمل نفسياً وجسمياً فإنها قد تكون معوقة له، وفي نفس الوقت تنعكس نتائج هـذا العجز على حياتها الشخصية والأسرية.

والدراسة الحالية تبحث في أحد القضايا المتعلقة بالصحة النفـسية للمـرأة العاملة وغيرها حيث تناولت موضوع القلق وبعض المتغيرات الشخصية لـديهن. حيث تلعب المرأة دوراً مهماً في حياة الأسرة والمجتمع.

أجريت الدراسة بهدف التعرف على الفروق في متوسط درجة القلـق بـين العاملات وغير العاملات ودراسة بعض المتغيرات لديهن وهي:[متغير المرحلـة الدراسية، العمر، المؤهل الدراسي، الحالة الاجتماعية].

وللإجابة على تساؤلات البحث وتحقيق أهدافه أتبعت الباحثة المنهج الوصفي (المقارن) و استخدمت الباحثة مقياس الطائف للقلق النفسي من أعـداد (الـدليم و آخرون، ١٤١٣) واستمارة لجمع المعلومات من إعدادها ثم طبقت الأداة على عينة من العاملات (بالتعليم) وغير العاملات بمدينة مكة المكرمة، وكان عـدد العينـة ٣٠٠ امرأة ١٥٠ عاملة و١٥٠ غير عاملة ومن ثم أجرت الباحثـة التحلـيلات

الإحصائية الملائمة على المقاييس المسترجعة للإجابة علـى تـساؤلات الدراسـة والتي كانت نتائجها كالتالي:

١- ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق بين العـاملات وغير العاملات.
٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق لدى العاملات بمهنة (التعليم) تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية وفي اتجاه المتوسط الأعلى لمعلمـات المرحلة الابتدائية.
٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لمتغيـر الـسن لدى العاملات وغير العاملات وفي اتجاه المتوسط الأعلى للفئة الأصغر سـناً من سن (٢٠-٢٧) سنة.
٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجة القلق تبعاً لمتغير المؤهل الدراسي لدى العاملات وغير العاملات وفي اتجاه المتوسـط الأعلـى لفئـة التعليم الأقل من جامعي.
٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة القلق تبعاً للحالـة الاجتماعيـة لدى العاملات وغير العاملات.

توصيات الدراسة ومقترحاتها

١- تشجيع دراسة مشكلات المرأة غير العاملة في المجتمع السعودي بحيث يـتم التعرف على خصائص وحجم مشكلاتهن فـي إطـار التغيـر الاقتـصادي المستمر.

٢- العمل على اقتراح حلول ملائمة لمشكلات المرأة غير العاملة في المجتمـع

السعودي، كحل مشكلة البطالة على سبيل المثال.

٣- البحث عن أسباب ارتفاع القلق لدى المرأة في المرحلة العمرية من ٢٠الى ٢٧ للتعرف على مشكلات هذه الفئة وإيجاد الحلول المناسبة لها.

٤- تشجيع المرأة على معايشة الواقع الذي رضيت به والتكيف مع هـذا الواقـع، لأن البعض منهن يقمن بأعمالهن سواء في العمـل أو المنـزل وهـن غيـر مقتنعات بهذا العمل مما يعرضهن للاضطراب والقلق.

٥- تشجيع المرأة المتعلمة تعليم أقل من جامعي على إكمال تعليمها وتيسير السبل لها لتحقيق ذلك.

٦- اتخاذ خطوات إجرائية لمنع تفاقم القلق لدى معلمـات المرحلـة الابتدائيـة، خصوصاً أنهن يعملن بمرحلة دراسية مهمة بل تعتبر اللبنة الأولى فـي بنـاء التعليم للجيل المقبل.

بحوث مقترحة

في ضوء الدراسة الحالية وما أسفرت عنه من نتائج تقترح الباحثة عدداً من البحوث المستقبلية مثل:

١- دراسة بعض مشكلات المرأة العاملة (بالتعليم) في المرحلة الابتدائية وعلاقتها بالقلق لديها.

٢- المقارنة بين المرأة العاملة (على رأس العمل) والمرأة العاملـة (بعـد سـن التقاعد) في مستوى القلق.

٣- دراسة العلاقة بين عمل المرأة وبعض الاضطرابات العصابية الأخرى.

٤- دراسة العلاقة بين الدعم الاجتماعي وتقدير الذات والقلق لدى المرأة العاملة.

٥- دراسة العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات لدى المرأة العاملة مثل (مكـان العمل - أسباب العمل – الحالة الاقتصادية)

المـراجـع

أولاً: المراجع العربية

- القران الكريم

١- ابن منظور (دون تاريخ). لسان العرب. بيروت: دار لسان العرب.

٢-ابن ماجة، محمد بن يزيد (د.ت). سنن ابن ماجة. المكتبة العلمية : بيروت

٢- أنجلر، بربارا (١٤١١هـ). مدخل إلى نظريات الشخصية. ترجمة د.فهد بن عبد الله بن دليم .الطائف: نادي الطائف الأدبي .

٤- آدم، محمد سلامة (١٩٨٠م). صراع الدور لدى المرأة العاملة: دراسة نفسية اجتماعية لتصور المرأة العاملة لدورها الاجتماعي في ضوء بعض سـمات الشخصية ، رسالة دكتوراه.قسم علم النفس ،جامعة عين شمس.

٥- البار، محمد علي (١٤١٢هـ). عمل المرأة في الميزان، الطبعة الأولى. جدة: الدار السعودية للنشر والتوزيع .

٦- باترسون، س.هـ (١٩٩٠م). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ترجمة حامد عبد العزيز الفقي. الجزء الثاني، الطبعة الأولى. الكويت: دار القلم.

٧- باترسون، س.هـ (١٩٩٢م). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ترجمة حامد عبد العزيز الفقي. الجزء الأول، الطبعة الثانية.الكويت: دار القلم.

٨- بلوش، محمود بن أحمد هلال (١٤٢٠هـ). العلاقات الإرشادية والقلق لـدى

الطلاب والطالبات الصم (المقيمين: داخلياً وخارجيا في المرحلـة المتوسـطة بمعاهد الأمل في كل (مكة المكرمة-الطائف-جدة) دراسـة مقارنـة، رسـالة ماجستير غير منشورة .كلية التربية. جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

٩- الجوهري، إسماعيل (دون تاريخ). تاج اللغة وصحاح العربية. مـصر: دار الكتاب العربي.

١٠- الخولي، سناء (١٩٩٩م). الأسرة والحياة العائلية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

١١- الخاف، سعد بن إبراهيم بن محمد (١٤١٥هـ) .القلق لدى المـراهقين فـي المدينة والقرية .دراسة مقارنة على عينة من مراهقي منطقة الرياض الإدارية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية .جامعة أم القرى ، مكة المكرمة

١٢- خفاجي، فاطمة أحمد محمد (١٤٠٥هـ). سمة المرونـة –التـصلب لـدى الزوجات العاملات وغير العاملات وصراع الأدوار، رسالة ماجـستير غيـر منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة .

١٣- خليفة، عبد اللطيف محمد (١٩٩٧م). صورة المرأة الكويتية لـدى طـلاب الجامعة دراسة مقارنة بين الجنسين. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربيـة تصدر عن مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت . عـدد ٨٧، الـسنة الثانيـة والعشرون: ٤٩.

١٤- دافيدوف، لندا ل.(١٩٨٣م). مـدخل علـم الـنفس، الطبعـة الثانيـة: دار ماكجروهيل للنشر.

١٥- الدليم، فهد عبد الله وآخرون (١٤١٣ه). مقياس القلـق النفـسي. الطـائف:

مطابع المشهوري.

١٦- رمزي، ناهد (١٩٩٩). سيكولوجية المرأة قضايا معاصرة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٧- الزراد، فيصل محمد خير (١٩٨٤م). الأمراض العصابية والذهانية والاضطرابات السلوكية، الطبعة الأولى. بيروت: دار القلم.

١٨- زهران، حامد (١٩٧٨م). الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الثانية.القاهرة: عالم الكتب.

١٩- السالم، سالم بن عبد العزيز (١٩٩٨م). عمل المرأة ، سلسلة قضايا نسائية معاصرة رقم(١)، الطبعة الأولى. الرياض.

٢٠- الساعاتي، سامية حسن (١٩٩٩). علم اجتماع المرأة. القاهرة: دار الفكر العربي.

٢١- سوين، م.ريتشارد (١٩٧٩م). علم الأمراض النفسية والعقلية. ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة . القاهرة: دار النهضة العربية.

٢٢- شلبي، مغاوري (دون تاريخ). المرأة العربية – أجور نقدية أم تنمية حقيقية!.مقالة (عبر شبكة الإنترنت).

٢٣- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٦م). العملية الإرشادية، الطبعة الأولى.القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.

٢٤- الشويعر، طريفة سعود إبراهيم (١٩٨٤م). الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي، رسالة ماجستير منشورة، قسم التربية وعلم النفس، جدة.

٢٥- شند، سميرة محمد (٢٠٠٠م). الاضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

٢٦- الصبحي، مها (١٤٢٠هـ). الرضا الوظيفي والقلق لدى معلمات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى: مكة المكرمة.

٢٧ – عكاشة، أحمد (١٩٩٢م). الطب النفسي المعاصر، طبعة منقحة .القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٢٨- عدس وتوق، عبد الرحمن، محيي الدين (١٩٨٦م). المدخل إلى علم النفس، الطبعة الثانية. نيويورك: دار جون وايلي وأولاده.

٢٩- عبد الخالق، أحمد محمد (١٩٩٩م). علم النفس أصوله ومبادئه: دار المعرفة الجامعية.

٣٠- عبد الفتاح، كاميليا ابراهيم (١٩٧٢م). سيكولوجية المرأة العاملة. القاهرة: مكتبة القاهرة الحديثه.

٣١- عبد الفتاح، كاميليا ابراهيم (١٩٨٠م).سيكولوجية المرأة والمناصب الإدارية. الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الهيئة المصرية العامة للكتاب٣.

٣٢- عبيدين، أنور (٢٠٠٠م). الصحة النفسية للمرأة العاملة. محاضرة ألقيت بمستشفى الملك عبد العزيز بمكة المكرمة. بمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية.

٣٣- عبد المسيح، سلوى شوقي (١٩٨٦م). دراسة مقارنة لبعض سمات

الشخصية لدى المرأة العاملة وغير العاملة، رسالة ماجستير غيـر منـشورة، جامعة الزقازيق، قسم علم النفس، كلية الآداب.

٣٤- عبد الغفار، عبد السلام (٢٠٠٠). مقدمة في الصحة النفسية. القـاهرة :دار النهضة العربية.

٣٥- عبد السلام، فاروق وآخرون (١٩٩٢م). مـدخل إلـى الإرشـاد التربـوي والنفسي. الرياض: دار الهدى للنشر والتوزيع.

٣٦- عيسوي، عبد الرحمن (١٩٩٤م). الأعصبة النفـسية والـذهانات العقليـة. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية .

٣٧-عثمان، فاروق السيد (٢٠٠١م). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

٣٨- العنزي، عويد سلطان (١٤٠٦هـ). علاقة القلق بـالتوافق المهنـي لـدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية بالكويت، رسالة ماجستير، جامعـة الملك سعود، قسم علم النفس، الرياض.

٣٩- العساف، صالح (١٤٠٦هـ). المرأة الخليجية والعمل في مجـال التربيـة والتعليم . الرياض: العبيكان.

٤٠- عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠٠٠). علم الأمراض النفسية والعقلية. القاهرة: دار قباء للنشر والتوزيع.

٤١- فرويد، سيجموند (١٩٦٢م). القلق. ترجمة د.محمد عثمان نجاتي، الطبعـة الثانية. القاهرة: دار النهضة العربية.

٤٢- فرويد، سيجموند (١٩٨٣). الكف والعرض والقلق. ترجمة محمد عثمان نجاتي، الطبعة الثالثة. بيروت: دار الشروق.

٤٣- الفيروز أبادي (دون تاريخ). ترتيب القاموس المحيط. من أعداد الطاهر الزاوي: الدار العربية للكتاب.

٤٤- فهمي، مصطفى (١٩٦٧م). علم النفس الإكلينيكي . مكتبة مصر.

٤٥- فهمي، مصطفى (دون تاريخ). الإنسان وصحته النفسية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٤٦- قنديل، بثينة أمين مرسي (١٩٧٦م). اتجاه الفتاة المتعلمة نحو عمل المرأة. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٤٧- القاضي، علي (١٩٨٤م). وظيفة المرأة في المجتمع الإنساني. مؤسسة الشرق.

٤٨- كولز، إ.م (١٩٩٢م). المدخل إلى علم النفس المرضي الإكلينيكي. ترجمة عبد الغفار عبد الحكيم الدمياطي. ماجدة حامد حماد. حسن علي حسن. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

٤٩- كشك، عبد الحميد (١٩٩١م). القلق. القاهرة: مكتبة التراث الإسلامي.

٥٠- كيال، باسمة (١٩٨٦م). سايكلوجية المرأة. بيروت: مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر.

٥١- المشاط، هدى عبد الرحمن (١٩٩٠م). التوافق الشخصي الاجتماعي للمعلمات السعوديات العاملات بمدينة جدة وعلاقته ببعض سمات الشخصية،

رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، علم النفس.

٥٢- موسى، كمال إبراهيم (١٩٧٩م). القلق وعلاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة . دار النهضة العربية .القاهرة.

٥٣- محمد ، محمود محمد (١٩٩٣م) . علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام، الطبعة الثانية: دار الشروق بجدة.

٥٤- محمد، أحمد طه (١٩٧٩م). المرأة المصرية بين الماضي والحاضر. القاهرة: مطبعة دار التأليف.

٥٥- مسيرة تعليم البنات خلال ربع قرن بمنطقة جدة التعليمية ١٣٨٠هـ – ١٤٠٥هـ .جدة : شركة المدينة المنورة للطباعة والنشر.

٥٦- نصيف، فاطمة حسن (١٤٠٣هـ). حقوق المرأة وواجباتها في ضوء الكتاب والسنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، مكة المكرمة، كلية الشريعة.

٥٧- هوكستشايلد، أربي (١٩٩٤م). الوردية الثانية في حياة المرأة العاملة. ترجمة عزة عبد الفتاح الجوهري. مراجعة. د.نيفين عزاب، الطبعة الأولى. مصر- كندا: الدار الدولية للنشر والتوزيع.

٥٨- الوابلي، سليمان محمد (١٤١٥هـ). الاحتراق النفسي ومسبباته: لدى معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة فيضوء مقياس ماسك المصرب، مركز البحوث التربوية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

٥٩- وزارة التعليم العالي، دليل التعليم العالي في المملكة العربية السعودية ١٤١٦هـ – ١٩٩٥م.

٦٠- وزارة التعليم العالي، خلاصة إحصـائية لعـام١٤٢١ هـ ـ – ١٤٢٢هـ ـ (شبكة الإنترنت).

٦١- وكالـة الرئاسـة لكليـات البنات، خلاصة إحصـائية لعـام ١٤٢١هـ – ١٤٢٢هـ (شبكة الإنترنت).

٦٢- شعبة الإحصاء(١٤٢٢هـ). وحدة البحوث التربوية، مكة المكرمة

ثانياً: المراجع الأجنبية

63- American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (4th.ed), Washington, Dc, 1994.

64- Brown, G.W., & Harris, T.O. (1993). A Etiology of Anxiety and Depressive Disorders in an Inner-City Population: I. Early Adversity. Journal of Psychological Medicine, 23(1), 143-154.

65 - Khanna, S. Shirali, K.A. (1989). Life Stress, Anxiety and Depression in Working Women of Jalandar and Shimla. Indian Journal of Clinical Psychology, 16(2), 57-60.

66- Lombardi, E. L., & Ulbrich, P.M. (1997). Work Condition, Mastery and Psychological Distress: Are Housework and Paid Work Contexts Conceptually Similar, Women and Health, 26(2), 17-39.

67- Lilly-S, Walker; James-L, Walker. (1980). Trait Anxiety in Mothers: Differences Associated With Employment Status, Family Size and

Age of Children. Psychological-Reports, VOL 47(1): 295-299.

68- Mukhopadhyay, s. (1989). Working Status and Stress of Middle Class Women of Calcutta. Journal of Biosocial Science, 21(1), 106-114.

69- Mukhopadhyay, S. et al. (1993). Working Status and Anxiety levels of Urban Educated Women in Calcutta. International Journal of Social Psychiatry, 39(3), 200-207.

70- Mukhopadhyay, S. (1996). Anxiety level and Its Temporal Change Among Working Mothers in Calcutta. Journal of Social Psychology, 136(1), 123-125.

71- Orbuch, T. L., Custer, l. (1995). The Social Context of Married Women's Work and Its Impact on Black Husbands and White Husbands. Journal of Marriage and The Family, 57(2), 333-345.

72- Pattison, H. M., & Moyse, K. (1995). The Effects of Suitability for Current role on the Psychological Well Being of Employed and Nonemployed Mothers. Journal of Reproductive and Infant psychology, 13(3-4), 229-236

73- Peddicord, K. S. (1991). The Relationship of Employment Versus non-employment to Perceived Stress, Anxiety, Depression, Self-esteem, and Social Support in Pregnant Women. PHD, University of Maryland College park.

74- Press Release World Health Organization (1996). Mental Health of Women.

75- Stewart, Bees. (1986). A Descriptive Study of Role Strain, Anxiety and Depression in Employed Black Mothers .PHD, University of Texas At Austin.

76- Williams, R. B., et al. (1997). Psychosocial correlates of job strain in a sample of working women. Archives of general psychiatry, 54(6), 543-548.

77- Yeh, Mei.Chang. (1990). The impact of job characteristics, Work-Family conflict, And coping on anxiety and depression in employed women. EDD, Boston University.

قائمة الملاحق